

La voz de un niño desde el silencio del autismo

# LA RAZÓN POR LA QUE SALTO

**Naoki Higashida**

Introducción de  
**David Mitchell**

# **La razón por la que salto**

Naoki Higashida

Introducción de David Mitchell

Adaptación al inglés de  
KA Yoshida y David Mitchell

Traducción de Jorge Rizzo



**Rocaeditorial**

Título original: *The Reason I Jump*

© Naoki Higashida, 2007

Primera edición en este formato: abril de 2014

©de la adaptación al inglés: KA Yoshida and David Mitchell 2013

©de las ilustraciones: Kai and Sunny 2013

©de la traducción: Jorge Rizzo

© de esta edición: Roca Editorial de Libros, S. L.

Av. Marquès de l'Argentera 17, pral.

08003 Barcelona.

[info@rocaebooks.com](mailto:info@rocaebooks.com)

[www.rocaebooks.com](http://www.rocaebooks.com)

ISBN: 978-84-9918-817-1

Todos los derechos reservados. Quedan rigurosamente prohibidas, sin la autorización escrita de los titulares del copyright, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamos públicos.

# LA RAZÓN POR LA QUE SALTO

Naoki Higashida - David Mitchell

Cuando, con trece años, Naoki Higashida empezó a comunicarse a través de una parrilla de ideogramas diseñada por su madre estaba haciendo historia. Nunca antes un niño aquejado de un grado de autismo tan severo había conseguido transmitir, comunicarse, expresarse. Si bien las consideradas condiciones del espectro autista no son nunca exactamente iguales en dos personas, sí que comparten un rasgo: en mayor o menor medida, afectan su capacidad de comunicación e interrelación con los demás. Naoki consigue traducir su experiencia a un lenguaje comprensible para cualquier lector a través de preguntas como: ¿por qué los autistas habláis tan alto y tan raro?; ¿por qué os gusta poner vuestros coches de juguete en fila y ordenar todos los bloques de los juegos de construcción?; ¿por qué saltas?

Sus respuestas son optimistas y transmiten alegría de vivir, ternura y, sobre todo, nos presentan a alguien admirable de quien hay mucho que aprender.

## ACERCA DE LOS AUTORES

**Naoki Higashida** nació en Kimitsu, Japón, en 1992. Se le diagnosticó autismo en 1998 y se graduó en 2011. Es autor de varios libros y mantiene un blog en el que escribe con regularidad. A pesar de su dificultad para comunicarse, ha conseguido dar charlas sobre autismo en Japón con el propósito de hacer esta condición más presente y reconocible en la sociedad. Naoki escribió *La razón por la que salto* cuando tenía trece años.

**David Mitchell** es autor de la reconocida novela *El atlas de las nubes*, que fue finalista del Man Booker Prize y ganadora de los British Book Awards Best Literary Fiction y South Bank Show Literature Prize. En

2003, fue seleccionado entre los mejores autores jóvenes de la revista *Granta*. Vive en Irlanda con su esposa y su hijo autista.

### **ACERCA DE LA OBRA**

«Las respuestas de Naoki tumban algunas de nuestras creencias, como que el autismo conlleva necesariamente la imposibilidad de entender a los demás y el rechazo a la compañía. Una bella historia de esperanza y éxito.»

*IL CORRIERE DELLA SERA*

«Uno de los libros más impresionantes que he leído. Realmente conmovedor, aclaratorio e increíblemente intenso.»

JON STEWART, *THE DAILY SHOW*

«*La razón por la que que salto* cuestiona en cada una de sus páginas la arraigada idea de que los autistas carecen de empatía, humor e imaginación.»

*THE INDEPENDENT*



## INTRODUCCIÓN

*E*l autor de este libro, un chico de trece años, te invita a ti, lector, a imaginarte una vida en la que te hayan arrebatado la facultad de hablar. Explicar que tienes hambre, que estás cansado o que te duele algo queda tan fuera de tus posibilidades como charlar con un amigo. Pero me gustaría llevar el experimento algo más allá. Ahora imagínate que, después de perder la capacidad de comunicarte, de pronto, una suerte de director de escena que ordena tus pensamientos desaparece sin previo aviso. Lo más probable es que no tuvieras ni idea de que existía tal director, pero, ahora que se ha ido, te das cuenta (demasiado tarde) del trabajo que hacía y de lo importante que era para que tu mente funcionara durante todos estos años. Un aluvión de ideas, recuerdos, impulsos y pensamientos se te vienen encima, de un modo irrefrenable. Tu director controlaba ese flujo, desviando la gran mayoría de los conceptos y recomendándote un número minúsculo de ellos para someterlos a tu consideración. Pero ahora estás solo.

Ahora tu mente es una sala en la que veinte radios, cada una sintonizada en una emisora diferente, emiten voces y música a todo volumen. Las radios no tienen interruptor ni control de volumen; en la sala en la que te encuentras no hay puertas ni ventanas. Solo

encuentras alivio cuando estás tan agotado que no puedes mantenerte despierto. Para empeorar aún más las cosas, otro director que hasta ahora habías pasado por alto desaparece sin previo aviso: era el que controlaba tus sentidos. De pronto, los estímulos sensoriales procedentes de tu entorno se te vienen encima, sin filtros de calidad y en un número apabullante. Los colores y las formas se confunden, y reclaman tu atención. El suavizante empleado para lavar tu suéter huele tan fuerte como si te hubieran rociado la nariz con ambientador. Tus cómodos tejanos rascan y parecen de madera. Tus sentidos vestibular y propioceptivo también están desbocados, por lo que el suelo se menea como un transbordador en aguas turbulentas, y ya no tienes muy claro qué posición ocupan tus manos y tus pies en relación con el resto del cuerpo. Sientes las placas óseas de tu cráneo, los músculos faciales y la mandíbula; es como si tuvieras la cabeza atrapada en el interior de un casco de motorista que es tres tallas menor que la que debes usar, lo cual quizás explique (o tal vez no) por qué el zumbido del aire acondicionado te resulta tan ensordecedor como un martillo neumático; sin embargo, a tu padre (que está ahí delante) lo oyes como si te estuviera hablando a través de un móvil, desde un tren que atraviesa una serie de cortos túneles, en chino cantonés fluido; a partir de ahora cualquier idioma se convertirá en un idioma extranjero. Incluso has perdido la sensación del tiempo, con lo que eres incapaz de distinguir entre un minuto y una hora, como si hubieras quedado atrapado en un poema de Emily Dickinson sobre la eternidad o en una película de ciencia ficción. No obstante, los poemas y las películas acaban en algún momento, mientras que esto es ahora tu nueva realidad. El autismo es para toda la vida. E incluso la palabra «autismo» deja de tener sentido, como si te dijeran 自閉症 o αὐτισμός o अटिजम

Agradeceré al lector que llegue hasta el final, aunque el final de verdad para estas personas, en la mayoría de los casos, suele



implicar la sedación y el ingreso en un psiquiátrico, y más vale no especular con lo que puede venir luego. Por otra parte, las personas que nacen con una patología del espectro del autismo tienen que vivir con esa perspectiva descontrolada, desbocada y aterradora. Las personas con autismo se pasan la vida intentando aprender a simular esas funciones que la genética nos ha concedido a todos los demás al nacer (esos «directores»). Es una labor intelectual y emocional de dimensiones hercúleas, sisíficas, titánicas. Si no podemos considerar a las personas con autismo héroes por enfrentarse a tamaño reto, pues entonces yo ya no sé qué es el heroísmo, aunque estos héroes, claro, no tengan elección. La conciencia y la percepción sensorial no es algo que puedan darse por sentado, sino algo que requiere un duro esfuerzo y una labor de mantenimiento constante. Y, por si eso no fuera bastante, los autistas tienen que sobrevivir en un mundo en el que las «necesidades especiales» suelen asociarse con «retraso», en el que los colapsos y los ataques de pánico se ven como pataletas, en el que muchos consideran que las solicitudes de ayuda para discapacitados no son más que maniobras para aprovecharse de la Seguridad Social... En un mundo en el que un ministro francés puede usar la palabra «autista» para definir la política exterior británica (el señor Lellouche se disculpó posteriormente, pues dijo que ni se le había ocurrido que el adjetivo hubiera podido ser motivo de ofensa; no lo dudo).

El autismo no es nada fácil para los padres o los cuidadores del niño. Criar a un hijo o una hija autista es una labor no apta para pusilánimes: de hecho, tal actitud queda automáticamente descartada en el momento en que aparece la acuciante sospecha de que a tu hijo de dieciséis meses le pasa algo. El día del diagnóstico, un psicólogo infantil comunica el veredicto con una justificación algo manida: te explica que tu hijo sigue siendo la misma criaturita, antes de confirmarte la noticia que te va a cambiar la vida. Entonces

pasas por todo el abanico de reacciones de los demás: «¡Es tristísimo!»; «Entonces, ¿va a quedarse como Dustin Hoffman en *Rain Man*?»; «¡Espero que no aceptes ese “diagnóstico” sin más!»; o mi respuesta favorita: «Sí, bueno, yo a mi médico le he dicho por dónde podía meterse su vacuna triple vírica».

Con tus primeros contactos con las organizaciones de apoyo acabarás de endurecerte la piel. Para entonces te habrás formado una coraza tan dura como la de un rinoceronte. En las agencias de apoyo a afectados por el autismo hay gente con gran talento y muchos recursos, pero cada vez son más frecuentes las políticas gubernamentales de «paños calientes», que no tienen en cuenta el potencial de los niños con necesidades especiales ni se plantean que, a largo plazo, puedan llegar a contribuir activamente a la sociedad. Uno de los pocos hechos positivos es que la teoría médica ya no culpa a las madres por el autismo de sus hijos, como antes, cuando se las calificaba de «madres nevera» (de los «padres nevera» no se decía nada), y que ya no vivimos en una sociedad que cree que los autistas son brujos o demonios (y que los trataba como tales).

¿A qué recurres a continuación? A los libros. (Ya habrás empezado, porque la primera reacción de familiares y amigos desesperados por ayudar es la de enviar recortes, enlaces de Internet y libros, por escasa que sea la relación que tengan con tu situación.) La oferta de libros sobre necesidades especiales es una jungla. Muchos manuales sobre «cómo ayudar a tu hijo autista» tienen un aire doctrinario, con generosas dosis de © y ™. Puede que contengan ideas aplicables, pero en algunos casos pueden dar la sensación de que son como reclamos para que uno se apunte a un partido político o empiece a profesar una confesión religiosa. Los textos más académicos son más densos, están cargados de referencias cruzadas, conceptos pedagógicos, abreviaturas y siglas. Por supuesto, es positivo que los científicos investiguen en este campo, pero a

menudo la distancia que hay entre la teoría y el zafarrancho que se te ha montado en el suelo de la cocina resulta insalvable.

Otra categoría son las memorias confesionales, generalmente escritas por un padre o una madre, y que describen el impacto del autismo en la familia y, en ocasiones, el efecto positivo de algún tratamiento poco ortodoxo. Estas memorias tienen buena salida en el mercado, y elevan el perfil del autismo, colocándolo en la lista de causas por las que vale la pena luchar. Y lo cierto es que la mayoría de las veces no se escriben con la idea de que puedan convertirse en un recurso útil. Cada autista muestra la afección de un modo particular (tan diferentes entre sí como las huellas dactilares); cuanto más heterodoxo sea el tratamiento para un niño, menos probable es que pueda servir de ayuda a otro (al mío, por ejemplo).

Una cuarta categoría de libros sobre autismo es la «autobiografía del autista», escrita por personas con algún tipo de autismo, la más famosa de las cuales es *Pensar con imágenes*, de Temple Grandin. Sin duda, estos libros suelen ser reveladores, pero casi por definición son obras de adultos que ya han encontrado su camino y que no pueden ayudarme en lo que más necesito: comprender por qué mi hijo de tres años se golpeaba la cabeza contra el suelo, o por qué agitaba los dedos a toda velocidad frente a sus ojos, o por qué tenía tanta sensibilidad en la piel que no podía sentarse ni tumbarse en la cama, o por qué lloraba desconsoladamente durante cuarenta y cinco minutos cuando el DVD de *Pingu* estaba tan estropeado que ya no se podía reproducir. Todo lo que leí me aportó teorías, puntos de vista, anécdotas y suposiciones sobre todos estos desafíos, pero, al no encontrar los motivos o razones de lo que vivía, no podía hacer otra cosa que quedarme mirando, impotente.

Un día mi esposa recibió un libro curioso que había pedido que le mandaran desde Japón: *La razón por la que salto*. Su autor, Naoki Higashida, nació en 1992. Aún estaba cursando secundaria cuando se publicó el libro. El autismo de Naoki es lo suficientemente grave

como para que la comunicación oral con él sea casi imposible, incluso actualmente. Pero, gracias a una ambiciosa profesora y a su propia persistencia, aprendió a deletrear las palabras directamente sobre una tabla de letras. Una tabla de letras japonesa es una cuadrícula con los cuarenta símbolos básicos del hiragana japonés, y el equivalente en una lengua occidental es una copia del teclado QWERTY, dibujado en un cartón y plastificado. Naoki se comunica señalando las letras de estas tablas y deletreando así las palabras, que luego un colaborador transcribe. Estas palabras forman frases, párrafos y libros enteros. A los lados de estas tablas hay «extras»: números, signos de puntuación y las palabras «Acabado», «Sí» y «No». (Aunque Naoki también puede escribir y publicar en su blog directamente con el teclado de su ordenador, el recurso «menos tecnológico» de la tabla de letras le resulta más seguro, ya que ofrece menos distracciones y le ayuda a concentrarse.) Incluso durante la escuela primaria, este método le permitió comunicarse con otros, y componer poemas y relatos, pero sus explicaciones sobre los motivos por los que los niños autistas hacían lo que hacían eran, literalmente, lo que yo llevaba tanto tiempo esperando. El libro, *La razón por la que salto*, redactado por alguien que aún tenía un pie en la infancia, y cuyo autismo era al menos tan grave e incapacitante como el de nuestro hijo, fue como una revelación, un regalo del Cielo. Era como si, por primera vez, nuestro hijo nos hablara de lo que pasaba dentro de su cabeza, a través de las palabras de Naoki.

No obstante, su obra hace mucho más que aportar información: ofrece pruebas de que, en el interior de la mente de un niño autista y aparentemente impotente, hay una mente tan curiosa, sutil y compleja como la tuya, como la mía, como la de cualquiera. Para el cuidador, que está ahí veinticuatro horas al día y siete días a la semana, resulta demasiado fácil olvidar que la persona por la que estás haciendo todo eso tiene (por fuerza) más recursos que tú en

muchos aspectos. Con el paso de los meses y de los años, el olvido puede acabar convirtiéndose en incredulidad, y esa falta de fe es la que puede hacer que el cuidador y la persona que recibe los cuidados se vuelvan negativos. El regalo que nos hace Naoki Higashida es el de devolvernos la fe, demostrando agudeza intelectual y curiosidad espiritual; con su análisis del entorno y de su condición; y con su sentido del humor pícaro y su iniciativa como escritor de ficción. No vamos a dar pistas sobre su capacidad creativa, la encontrarás en el libro que (espero) estás a punto de leer.

Por si eso fuera poco, *La razón por la que salto* desacredita sin proponérselo el prejuicio más funesto sobre el autismo: el de que los autistas son unos solitarios antisociales sin capacidad de empatía para con los demás. Naoki Higashida repite una y otra vez que no, que valora mucho la compañía de otras personas. Pero como la comunicación resulta tan problemática, los autistas tienden a acabar solos en un rincón, y los demás lo ven y piensan: «Claro, una señal típica de autismo». En cualquier caso, si los autistas fueran ajenos a los sentimientos de los demás, ¿cómo podría afirmar Naoki que el aspecto más insoportable del autismo es darse cuenta de que hace que las otras personas se sientan tensas o deprimidas? ¿Cómo podría escribir un relato (titulado «Estoy aquí», e incluido al final del libro) con personajes que presentan una amplia gama de emociones y con una trama que hace saltar las lágrimas? Al igual que cualquiera con capacidad narrativa, Naoki prevé las emociones de su público y las manipula. Eso es empatía. La conclusión es que tanto la pobreza emocional como la aversión a la compañía no son «síntomas» del autismo, sino «consecuencias» de este, de la imposibilidad de expresarse y de la ignorancia prácticamente total de la sociedad sobre lo que pasa dentro de la cabeza de un autista.

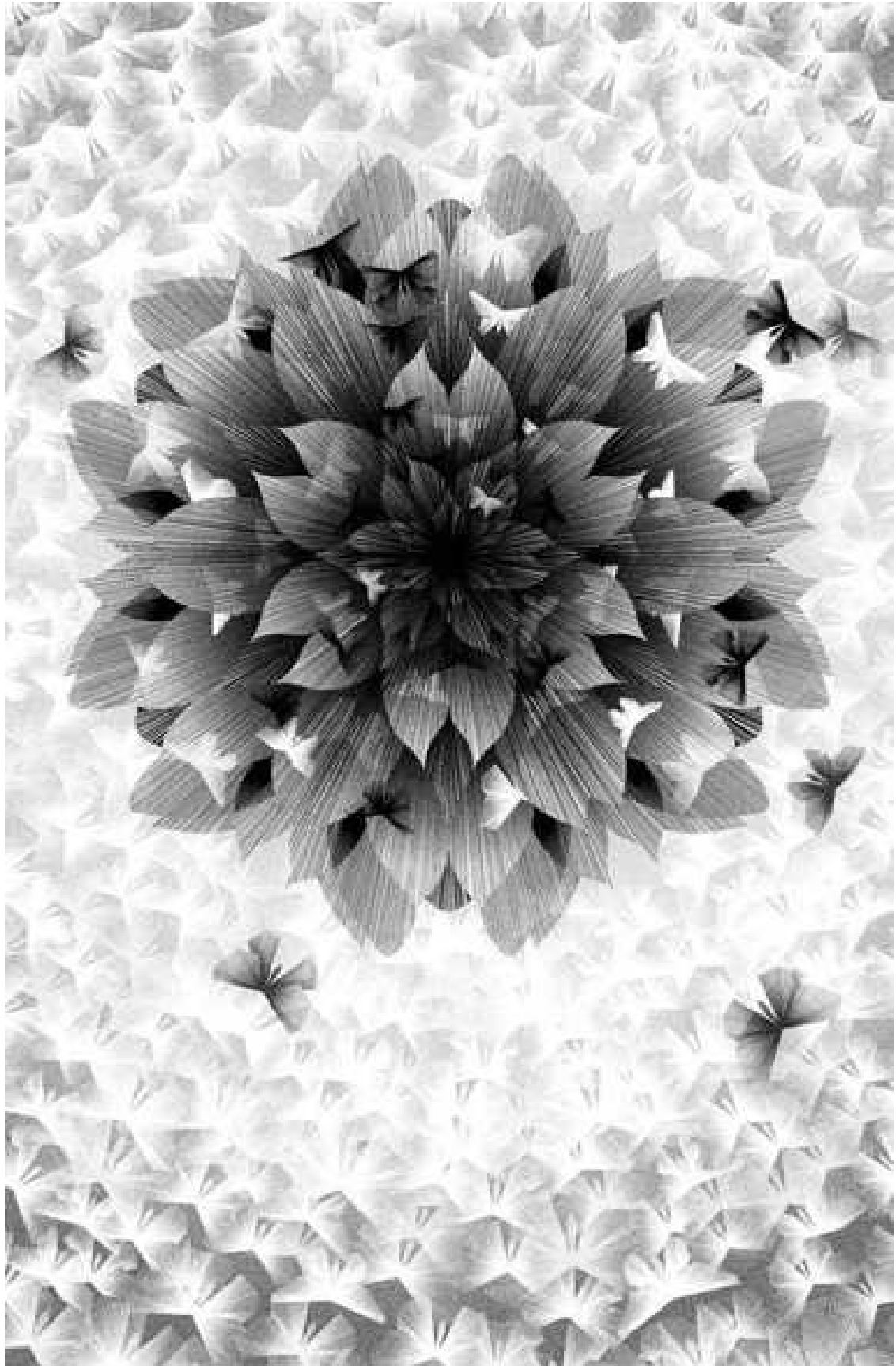
Adquirir todos estos conocimientos me ha cambiado la vida y me ha dado una nueva dimensión. Cuando sabes que tu hijo quiere hablar contigo, cuando sabes que está empapándose de su entorno

con la misma atención que tu otra hija no autista, por mucho que parezca que no es así, tu capacidad de ser paciente, voluntarioso, comprensivo y comunicativo se multiplica por diez; y también las posibilidades que tienes de contribuir a su desarrollo. No es exagerado decir que *La razón por la que salto* me ha permitido dar otro igual en la relación con nuestro hijo. El texto de Naoki Higashida me ha dado el empujón necesario para empezar a dejar de compadecerme de mí mismo y comenzar a pensar en lo dura que es la vida para mi hijo, y en lo que yo podía hacer para conseguir que lo fuera menos. Las acciones positivas que engendran nuevas acciones positivas son algo tan maravilloso en este campo como lo son en cualquier otro: aumentan tus expectativas sobre el futuro de tu hijo; aumenta tu capacidad de resistencia; y tu hijo lo nota... y responde. Mi esposa empezó a trabajar en una traducción informal del libro de Naoki al inglés, para que los otros cuidadores y tutores de nuestro hijo pudieran leerlo, al igual que algunos amigos que también tienen hijos autistas, aquí, en este rincón de Irlanda en el que vivimos. Pero después de enterarnos a través de grupos de Internet de la frustración de otras madres japonesas de hijos autistas por la falta de una traducción al inglés, empezamos a preguntarnos si Naoki Higashida no tendría un público mayor. Y el resultado fue la traducción al inglés de *La razón por la que salto*.

El autor no es ningún gurú, y aunque las respuestas a algunas de las preguntas puedan parecer algo difusas, hay que recordar que solo tenía trece años cuando las escribió. Incluso en los casos en los que puede dar una respuesta corta y directa (como a la pregunta «¿Por qué te gusta alinear tus juguetes tan obsesivamente?»), lo que tiene que decirnos vale la pena. Naoki Higashida ha seguido escribiendo, hace aportaciones casi diarias a su blog y se ha dado a conocer en los círculos de defensa de los afectados por el autismo, al tiempo que aparece regularmente en la edición japonesa de *Big Issue*. Dice que aspira a llegar a ser escritor, pero creo que está claro

que ya lo es: un escritor honesto, modesto y con conciencia, que ha superado enormes dificultades y ha conseguido transmitir al público en general unos conocimientos de primera mano desde una mente gravemente afectada por el autismo, en un proceso que para él es tan agotador como podría ser para nosotros transportar agua con las manos cruzando Times Square o Piccadilly Circus atestadas de gente. Los tres caracteres que se usan para escribir la palabra «autismo» en japonés significan «uno mismo», «cerrado» y «enfermedad». Mi imaginación convierte esos caracteres en un prisionero encerrado y olvidado en una cárcel solitaria y que espera algo o, simplemente, que alguien se dé cuenta de que está ahí dentro. *La razón por la que salto* es como un mazazo que abre un boquete en la pared de esa cárcel.

DAVID MITCHELL  
Irlanda, 2013





## PREFACIO

Cuando era pequeño, ni siquiera sabía que era un niño con necesidades especiales. ¿Cómo lo descubrí? Cuando los demás empezaron a decirme que era diferente a los otros, y que eso era un problema. Y tenían razón. Para mí era muy difícil actuar como una persona normal, e incluso ahora no puedo mantener una conversación real. No tengo problemas para leer libros en voz alta o cantar, pero, en cuanto intento hablar con alguien, las palabras se me desvanecen. Sí, a veces consigo decir unas cuantas palabras, pero incluso en ese caso pueden ser justo las contrarias de las que quiero decir! No puedo reaccionar adecuadamente cuando me dicen que haga algo, y cada vez que me pongo nervioso salgo corriendo de allá donde esté. Así que incluso una actividad sencilla como ir de compras puede convertirse en un gran reto si tengo que hacerla yo solo. Pero ¿por qué no puedo hacer esas cosas? Durante mis días de frustración, desespero e impotencia, he tenido ocasión de imaginarme cómo sería la vida si todo el mundo fuera autista. Si el autismo fuera considerado simplemente como un tipo de personalidad, las cosas serían mucho más fáciles, y nosotros seríamos mucho más felices. Es cierto que hay momentos malos en

los que causamos muchos problemas a otras personas, pero lo que realmente deseamos es mirar hacia un futuro mejor.

Gracias al entrenamiento con la señora Suzuki, de la Escuela Hagukumi, y a mi madre, he aprendido un método de comunicación a través de la escritura. Ahora incluso puedo escribir con el ordenador. El problema es que hay un buen número de niños autistas que no tienen forma de expresarse, y en muchos casos ni sus propios padres tienen idea de qué pueden estar pensando. Así que mi gran esperanza es poder servir de alguna ayuda explicando, a mi manera, lo que pasa dentro de la mente de los autistas. También espero que, leyendo este libro, el lector pueda llegar a ser mejor amigo de las personas con autismo.

No se puede juzgar a las personas por su aspecto. Y cuando conoces el interior de alguien, la distancia con él se reduce muchísimo. El autismo puede parecer un lugar profundamente misterioso, pero, por favor, dedica un poco de tiempo a escuchar lo que tengo que decir.

Que tengas un viaje agradable por nuestro mundo.

NAOKI HIGASHIDA  
Japón, 2006

はい ○ 取消し × いいえ

Q W E R T Y U I O P

A S D F G H J K L

Z X C V B N M ?

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

田 「 」 ( ) 行 田 おわり

あいうえお

かきくけこ □

さしすせそ □

たちつてと

なにぬねの □ □ □

はひふへほ

まみむめも \

や ゆ よ 。

らりるれろ

わ を ん

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

P1

## ¿CÓMO ESCRIBES ESTAS FRASES?

La tabla de letras es un método de comunicación no vocal. Puede que pienses que el habla es el único modo de mostrar tus planteamientos e intenciones, pero hay otro modo de decir lo que quieres decir sin usar el sistema nervioso bucal. Al principio no podía ni siquiera soñar que pudiera funcionar, pero ahora soy perfectamente capaz de expresarme usando únicamente un ordenador y una tabla de letras.

¡Fue una sensación increíble! No poder hablar significa ser incapaz de compartir lo que sientes y lo que piensas. Es como ser un muñeco, que pasa toda la vida aislado, sin sueños ni esperanzas. Por supuesto, tardé mucho hasta poder empezar a comunicarme por mí mismo a través del lenguaje escrito, pero aquel primer día, cuando mi madre me cogió la mano con la suya para empezar a escribir, nació para mí un nuevo modo de relacionarme con los demás.

Entonces, para darme una mayor independencia a la hora de comunicarme, mamá inventó la tabla de letras. Este método me permite formar las palabras simplemente señalando las letras, en lugar de tener que escribirlas una por una. Eso también hace posible

que me fije en las palabras, que, de otro modo, se me perderían en cuanto intentara pronunciarlas.

Mientras aprendía este método hubo muchos momentos en los que me sentí derrotado. Pero por fin llegué a poder señalar las letras por mí mismo. Lo que me mantuvo firme fue la convicción de que para vivir mi vida como ser humano no hay nada más importante que poder expresarme. Así que, para mí, la tabla de letras no solo es un medio para formar frases, sino mi sistema para hacer llegar a otras personas lo que quiero que entiendan.

P2

## ¿POR QUÉ HABLÁIS TAN ALTO Y TAN RARO LOS AUTISTAS?

A menudo la gente me dice que cuando hablo solo lo hago muy fuerte, aunque, aun así, no consiga decir lo que quiero decir, y a pesar de que en otras ocasiones la voz me salga muy tenue. Esa es una de las cosas que no puedo controlar, y eso me desanima mucho. ¿Por qué no puedo corregirlo?

Cuando hablo con voz rara, no lo hago a propósito. Es cierto que hay veces en las que el sonido de mi propia voz me resulta reconfortante, cuando uso palabras familiares o frases fáciles de pronunciar. Pero la voz que no puedo controlar es otra cosa. Sale descontroladamente, pero no porque yo quiera; es más bien como un reflejo.

Pero ¿un reflejo en respuesta a qué? A lo que acabo de ver, en algunos casos, o a algún recuerdo antiguo. Cuando me sale esa voz rara, me resulta casi imposible contenerla. Y si lo consigo, hasta me duele, casi como si me estuviera estrangulando yo mismo.

Si esa voz rara solo la oyera yo, no pasaría nada. Pero soy consciente de que a otras personas les molesta. ¿Cuántas veces me han hecho morir de vergüenza esos extraños sonidos que salen de mi boca? ¡Yo también quiero ser una persona agradable, tranquila y callada! Lo que pasa es que, aunque nos manden que cerremos la boca o que estemos callados, no sabemos cómo hacerlo. Tengo la sensación de que la voz es como la respiración, que me sale de la boca de forma inconsciente.

## P3

### ¿POR QUÉ REPETÍS LAS MISMAS PREGUNTAS UNA Y OTRA VEZ?

*E*s cierto: siempre hago las mismas preguntas. «¿Qué día es hoy?» o «¿Mañana toca colegio?». Son preguntas sencillas que repito una y otra vez. Y no lo hago porque no comprenda las cosas; de hecho, en el mismo momento en que formulo la pregunta, sé que comprendo.

¿Cuál es el motivo? Pues que olvido enseguida lo que acabo de oír. La verdad es que en el interior de mi cabeza no hay mucha diferencia entre lo que me acaban de decir y lo que he oído hace mucho mucho tiempo.

Así que sí, entiendo las cosas, pero mi modo de recordar funciona de una manera diferente al de los demás. Imagino que la memoria de una persona normal está dispuesta en forma continua, como una línea. Mi memoria, en cambio, es más bien como una piscina llena de puntos. Yo siempre estoy «pescando» esos puntos (repitiendo esas preguntas), para poder llegar al recuerdo que representa cada punto.



Pero nuestra insistencia en hacer siempre las mismas preguntas tiene otra causa: nos permite jugar con las palabras. No se nos da bien conversar y, por mucho que lo intentemos, nunca hablaremos con la misma soltura que tú. La gran excepción son las palabras o las frases que nos resultan familiares. Repetirlas resulta muy divertido. Es como jugar a atrapar la pelota. A diferencia de las palabras que nos piden que digamos, formular las preguntas que podemos repetir, y cuya respuesta ya conocemos, puede ser un placer, basado en el juego con el sonido y el ritmo.

## P4

### ¿POR QUÉ REPETÍS LAS PREGUNTAS QUE OS ACABAN DE HACER EN LUGAR DE RESPONDER?

A lo largo del tiempo, he observado que los autistas a menudo repetimos las preguntas, como los loros. En lugar de responder la pregunta, la repetimos exactamente con las mismas palabras a la persona que nos la ha hecho. Antes pensaba que lo hacíamos simplemente porque no sabíamos qué responder, pero ahora creo que hay otro motivo escondido.

Responder con la misma pregunta es un modo de rebuscar entre nuestros recuerdos, para intentar hallar alguna pista sobre lo que se nos pregunta. Entendemos la pregunta, sí, pero no podemos responderla hasta que «pescamos» el recuerdo correspondiente en el interior de nuestra mente.

Es un proceso bastante complicado. En primer lugar, rebusco por la memoria en busca de una experiencia que se parezca lo más posible a la situación actual. Cuando encuentro algo que coincida

bastante, el paso siguiente es recordar qué dije en esa ocasión. Si tengo suerte, doy con una experiencia que pueda usar y todo va bien. Si no tengo suerte, me atenaza esa sensación de bloqueo que tenía antes, y entonces ya no puedo responder a lo que se me pregunta. Por mucho que intente pararlo, esa voz rara se me escapa, y me frustra y me desanima aún más, y cada vez es más difícil decir nada.

En las conversaciones que son de «patrón fijo» respondemos mucho mejor: aunque, por supuesto, cuando se trata de hablar de lo que sientes, esos patrones no sirven de nada. De hecho, si recurres demasiado a ellos, puedes acabar diciendo lo contrario de lo que querías decir. ¡De verdad, conversar resulta durísimo! Si quiero hacerme entender, es como si tuviera que hablar en un idioma extranjero desconocido cada minuto del día.

P5

**¿POR QUÉ HACÉIS COSAS QUE  
SABÉISQUE NO DEBÉIS HACER  
AUNQUE OS HAYAN DICHO UN  
MILLÓN DE VECES QUE NO LAS  
HAGÁIS?**

«¿Cuántas veces tengo que decírtelo?» Eso es algo que nos repiten constantemente. A mí siempre me regañan por hacer las mismas cosas. Puede parecer que somos malos o traviesos, pero no es así, de verdad. Cuando nos regañan, nos sentimos fatal por haber hecho una vez más algo que nos han dicho que no había que hacer. Pero cuando vuelve a presentarse la ocasión, prácticamente se nos ha olvidado la última vez, y nos dejamos llevar de nuevo. Es como si algo que no controlamos nos impulsara a hacerlo.

Puede que penséis: «¿Es que no va a aprender nunca?». Ya sabemos que eso os entristece y os disgusta, pero me temo que es algo que no podemos controlar, y es así. Pero, por favor, hagáis lo que hagáis, no os rindáis. Necesitamos vuestra ayuda.

P6

## ¿OS RESULTA MÁS FÁCIL DE ENTENDER EL LENGUAJE INFANTIL?

Los niños autistas también crecen y se desarrollan día tras día y, sin embargo, nos tratan siempre como a niños. Supongo que se debe a que da la impresión de que actuamos como personas de menor edad, pero cada vez que alguien me trata como si aún fuera un bebé, la verdad es que me da una rabia tremenda. No sé si es que la gente cree que entiendo mejor el lenguaje infantil, o si es que creen que me gusta que me hablen así.

No os pido que uséis un lenguaje deliberadamente complicado cuando habléis con personas autistas; simplemente que nos tratéis como las personas que somos, como a gente de nuestra edad. Cada vez que me hablan como si fuera un crío, acabo sintiéndome fatal, como si me estuvieran negando cualquier posibilidad de tener un futuro decente.

La verdadera humanidad no se demuestra atacando la autoestima de la otra persona. O al menos eso es lo que yo creo.



P7

## ¿POR QUÉ HABLÁIS DE ESE MODO TAN PECULIAR?

A veces los autistas hablan con una entonación extraña, o usan el lenguaje de un modo diferente. Los no autistas pueden decidir lo que quieren decir al momento, mientras conversan. Pero en nuestro caso, las palabras que queremos decir y las que *podemos* decir no siempre coinciden exactamente. Por eso quizás os parezca algo raro cómo hablamos, supongo. Cuando hay una diferencia entre lo que pienso y lo que digo, es porque las palabras que salen de mi boca son las únicas a las que puedo acceder en ese momento. Puedo acceder a ellas porque las estoy usando constantemente o porque han dejado una impresión duradera en mí en algún momento del pasado.

Algunos pensaréis que también leemos en voz alta con una entonación extraña. Eso es porque no podemos leer la historia e imaginárnosla al mismo tiempo. El simple hecho de leer nos supone un gran esfuerzo: reconocer las palabras y darles voz ya es en sí mismo un trabajo muy arduo.

No obstante, con la práctica la cosa mejora. Por favor, nunca os riáis de nosotros, aunque no lo estemos haciendo muy bien.



P8

## ¿POR QUÉ TARDÁIS UNA ETERNIDAD EN RESPONDER A LAS PREGUNTAS?

Vosotros, la gente normal, habláis a una velocidad increíble. Entre el momento en que pensáis algo y el momento en que lo decís no pasa más de una fracción de segundo. ¡A nosotros eso nos parece magia!

¿Significa eso que tenemos algún cortocircuito en el cerebro? La vida del autista siempre ha sido dura y, sin embargo, nadie ha sido capaz de identificar las causas reales del autismo. Es verdad que tardamos mucho en responder a las preguntas de los demás. El motivo no es necesariamente que no lo hayamos entendido, sino que, cuando nos llega el momento de hablar, la respuesta que queríamos dar en muchos casos ya ha desaparecido de nuestras cabezas.

No sé si os parecerá que todo esto no tiene mucho sentido. Cuando la respuesta se nos va, no podemos recuperarla. «¿Qué es lo que ha dicho? ¿Cómo iba a responder yo a esa pregunta?...» ¡A mí

que me registren! Y a todo eso, nos siguen bombardeando con nuevas preguntas. Y acabo desesperándome. Me ahogo en una marea de palabras.

P9

## ¿DEBERÍAMOS ESCUCHAR CADA UNA DE LAS PALABRAS QUE DECÍS?

*H*acer sonidos con la boca no es lo mismo que comunicarse, ¿verdad? Mucha gente no acaba de entenderlo, creo. ¿O no existe la creencia de que si una persona usa el lenguaje verbal es que está diciendo lo que quieren que diga? Esa creencia es la que hace que los autistas nos encerremos aún más en nosotros mismos.

Solo porque algunos de nosotros podamos emitir sonidos o palabras, no quiere decir que lo que hemos dicho sea exactamente lo que queríamos decir. Incluso con preguntas directas de «Sí» o «No», cometemos errores. A mí me pasa constantemente que la otra persona entienda mal o malinterprete lo que acabo de decir.

Como apenas soy capaz de mantener una conversación, corregir los errores cometidos es algo que queda fuera de mi alcance. Cada vez que sucede, acabo odiándome a mí mismo por ser tan patoso e inútil. Por favor, no supongáis que cada palabra que decimos la decimos porque queremos decirla. Eso dificulta mucho la

comunicación entre nosotros, lo sé (ni siquiera podemos usar gestos), pero la verdad es que queremos que entendáis lo que pensamos y sentimos. Y, básicamente, mis sentimientos son muy parecidos a los vuestros.

## P10

### ¿POR QUÉ NO PODÉIS MANTENER UNA CONVERSACIÓN NORMAL?

*H*ace mucho tiempo que me pregunto por qué los autistas no podemos hablar normalmente. Yo nunca consigo decir lo que quiero. En lugar de eso, me sale de la boca un montón de basura verbal que no tiene nada que ver. Eso solía deprimirme mucho, no podía evitar envidiar a las personas que hablan sin ni siquiera proponérselo. Nuestros sentimientos son los mismos que los de cualquiera, pero no encontramos la manera de expresarlos.

Ni siquiera tenemos control sobre nuestros propios cuerpos. Tanto quedarnos quietos como ponernos en marcha cuando nos lo piden resulta complicado: es como si quisiéramos accionar el mando a distancia de un robot que no funciona bien. Para acabar de arreglarlo, siempre nos están regañando, y ni siquiera podemos explicarnos. Durante mucho tiempo, me he sentido abandonado por todo el mundo.

La gente no solo nos juzga desde fuera. Yo no sé por qué no podemos hablar correctamente. Pero no es que no hablemos: es que no podemos hablar, y eso nos hace sufrir. Estamos solos ante el problema, y no podemos hacer nada, y en ocasiones me he preguntado por qué incluso tuve que nacer, si no iba a hablar. Pero ahora que he empezado con la comunicación textual, puedo expresarme a través de la tabla de letras o del ordenador, y poder compartir lo que pienso me ha permitido comprender que yo también estoy en este mundo, y que soy un ser humano como cualquier otro.

¿Podéis imaginaros cómo sería vuestra vida si no pudierais hablar?

## EL MISTERIO DE LAS PALABRAS PERDIDAS

Los autistas nunca usamos todas las palabras que necesitamos, y son esas palabras perdidas las que causan todos los problemas. En este ejemplo, tres amigos están hablando de una compañera de clase que es autista:

—¡Eh, acaba de decir «juntos»!

—Entonces... querrá decir que quiere ponerse en nuestro grupo, ¿no?

—No lo sé. A lo mejor quiere saber si nosotros vamos a ir juntos.

De hecho, el «juntos» de la niña autista procedía de algo que había dicho antes la profesora: «Mañana vamos a ir al parque. Todos juntos». Lo que la niña quería saber era «cuándo» iban a ir. Intentaba hacerlo repitiendo la única palabra que podía usar: «juntos». En este ejemplo podéis ver cómo os confunden las palabras que se nos pierden por el camino, que os dan pistas falsas, que os despistan.

¡La verdad es que los autistas hablamos un lenguaje de lo más misterioso!

## P11

### ¿POR QUÉ NO ESTABLECÉIS CONTACTO VISUAL AL HABLAR?

*E*s verdad, no miramos mucho a los ojos de la gente. «¡Mira a los ojos a la persona con la que hablas!», me han dicho una y otra vez, y aun así no puedo hacerlo. Para mí, establecer contacto visual con alguien con quien estoy hablando resulta muy incómodo, así que suelo evitarlo.

¿Y dónde miro exactamente? Seguramente supondréis que simplemente miro hacia abajo... o al infinito. Pero os equivocáis. Lo que miramos, en realidad, es la voz de la otra persona. Las voces puede que sean invisibles, pero nosotros fijamos la atención de todos nuestros órganos sensoriales para escuchar a la otra persona. Cuando estamos completamente concentrados en intentar deducir qué diablos estáis diciendo, nuestro sentido de la vista se queda como nublado. Y si no distingues lo que estás viendo, es lo mismo que si no ves nada.

Lo que siempre me ha preocupado es la idea que tiene mucha gente de que, si mantenemos contacto visual con ellos mientras nos



hablan, es que estamos absorbiendo todas y cada una de las palabras. ¡Ja! Si eso fuera lo único necesario, mi discapacidad se habría curado hace mucho mucho tiempo...

## P12

### PARECE QUE NO OS GUSTA DAR LA MANO A LA GENTE

*N*o es que no nos guste dar la mano. Es solo que, si de pronto vemos algo interesante, no podemos evitar ir hacia allí a toda prisa y soltar la mano que tenemos agarrada. Ni siquiera me doy cuenta de que la he soltado hasta que oigo que la otra persona dice: «Vaya, parece que no le gusta darme la mano».

Eso antes me deprimía bastante. Pero como no puedo explicarle a esa persona por qué le he soltado la mano, y como la verdad es que me cuesta mantener agarrada una mano mucho tiempo, no puedo hacer gran cosa por corregir el malentendido.

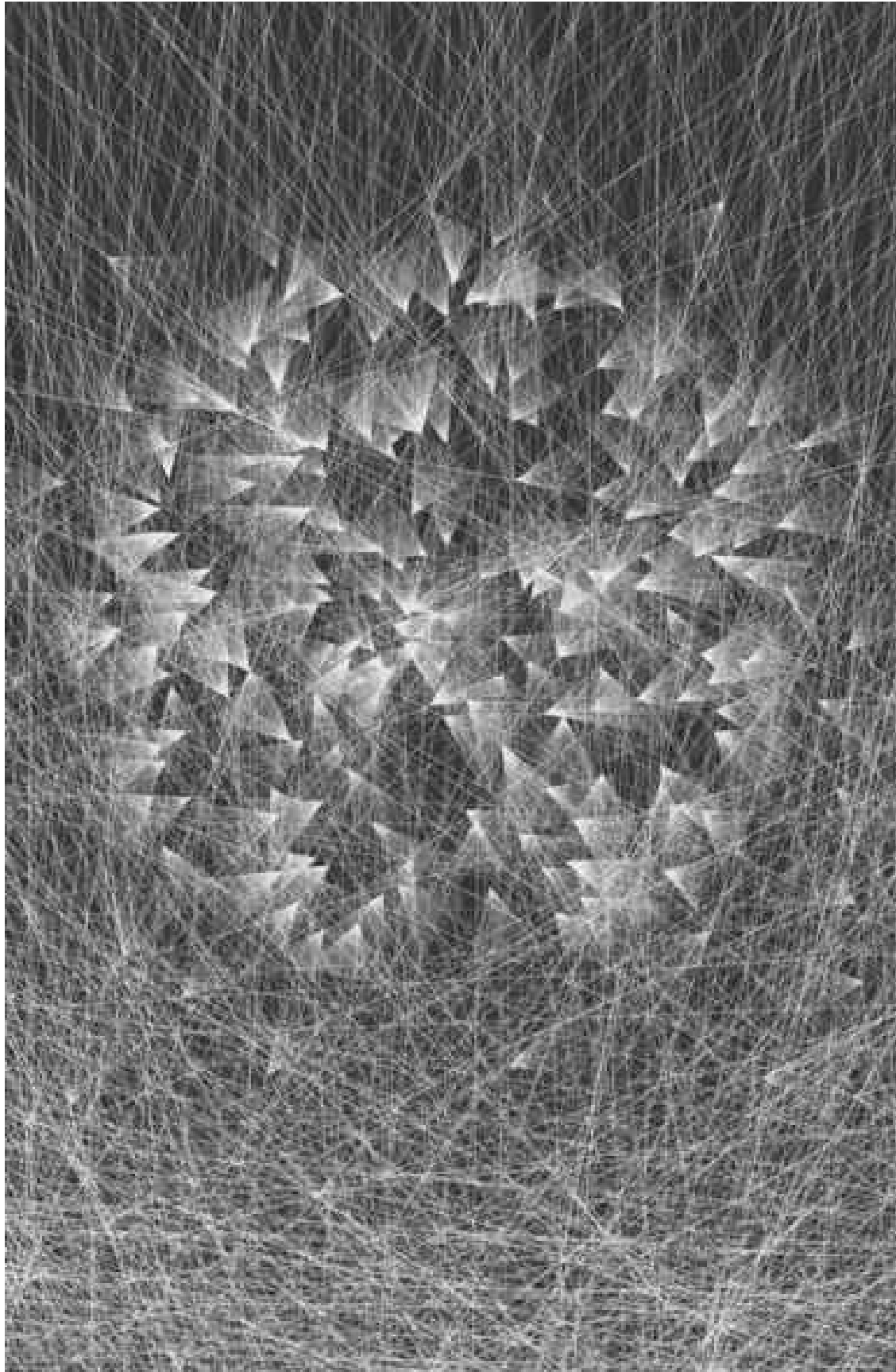
No tiene nada que ver con quién sea la mano ni con el hecho de dar la mano en sí. Es este impulso que tenemos los autistas de salir corriendo hacia cualquier cosa que pueda parecernos remotamente interesante; ese es nuestro verdadero problema.

P13

## ¿PREFERÍS ESTAR SOLOS?

«Ah, no te preocupes por él; prefiere estar solo» ¿Cuántas veces he oído eso? Yo no creo que ningún ser humano desee realmente estar a solas, no puede ser. En el caso de los autistas, lo que nos pone nerviosos es el causaros problemas a los demás, o incluso haceros enfadar. «Por eso» nos cuesta estar con otras personas. Y por eso a menudo acabamos solos.

Lo cierto es que nos encantaría estar con otras personas. Pero como las cosas nunca salen bien, acabamos acostumbrándonos a estar solos, sin darnos cuenta siquiera de que ocurre. Cada vez que oigo que alguien comenta lo mucho que me gusta estar solo, me siento desesperadamente apartado. Es como si me estuvieran dando la espalda a propósito.



## P14

### ¿POR QUÉ NO NOS HACÉIS CASO CUANDO OS HABLAMOS?

Si alguien me habla desde lejos, no me doy cuenta. Probablemente pensaréis: «Yo tampoco». ¿A que sí? Pero para mí el gran problema es que, incluso cuando tengo a alguien delante, sigo sin darme cuenta de que me está hablando.

No obstante, «no darse cuenta» no es lo mismo que «no hacer caso». Aun así, muchas veces la gente da por sentado que soy un arrogante o un «retrasado». La gente que me rodea siempre me hace notar que me están hablando con cosas como: «Te han saludado. Responde, Naoki», o «¿Qué dices a eso?». De modo que, cuando eso sucede, me limito a repetir lo que me han dicho que diga, como un loro que aprende una nueva palabra. Y aunque me sienta mal por la persona que me acaba de hablar, no puedo siquiera disculparme, de modo que acabo sintiéndome fatal y avergonzado por no poder establecer una relación personal normal.

Una persona que mira una montaña lejana no puede apreciar la belleza del diente de león que tiene delante. Una persona que esté

observando un diente de león que tiene delante no puede ver la belleza de una montaña lejana. Para nosotros, las voces de las personas son algo así. Nos resulta muy difícil darnos cuenta de que hay alguien ahí, hablándonos, solo oyendo su voz.

Así que nos ayudaría mucho si pudierais llamarnos por el nombre primero para llamar nuestra atención antes de empezar a hablarnos.

P15

¿POR QUÉ SON TAN LIMITADAS  
VUESTRAS EXPRESIONES  
FACIALES?

Nuestras expresiones faciales son limitadas únicamente porque vosotros pensáis de un modo diferente. Siempre me ha preocupado no poder reírme cuando todos los demás se están riendo. La idea que tiene un autista de lo que es divertido o cómico no encaja con la vuestra, supongo. Es más, hay veces que alguna situación nos parece absolutamente desesperada (nuestra vida diaria está llena de momentos difíciles). Otras veces, cuando nos sorprendemos, estamos tensos o incómodos, simplemente nos quedamos bloqueados y somos incapaces de mostrar emoción alguna.

Criticar a la gente, chincharla o burlarse de alguien no provoca risa a ningún autista. Lo que nos hace sonreír por dentro es ver algo bonito, o un recuerdo que nos haga reír. Eso suele ocurrir cuando no nos mira nadie. Y de noche, cuando estamos solos, puede que soltemos alguna carcajada bajo el edredón, o que nos echemos a reír

en una habitación vacía... Cuando no tenemos que preocuparnos de nada ni de nadie es cuando afloran nuestras expresiones naturales.



## P16

### ¿ES VERDAD QUE ODIÁIS QUE OS TOQUEN?

*P*ersonalmente, no tengo ningún problema con el contacto físico, pero es cierto que algunos autistas no soportan que los abracen o los toquen. A decir verdad no sé por qué; supongo que simplemente les hace sentirse incómodos. Incluso tener que cambiar el vestuario de acuerdo con la estación, ponerse más ropa en invierno y menos en verano, puede ser un gran inconveniente para personas con problemas de tacto. Tener que cambiar actitudes según cambia la situación puede ser mucho pedir.

En general, para un autista, el que otra persona le toque significa que esa persona ejerce un control sobre su cuerpo, un control que él mismo no puede ejercer del todo. Es como si perdiéramos nuestra personalidad. Pensad en ello: ¡es aterrador!

También está presente el miedo a que, al tocarnos, nuestros pensamientos se hagan visibles. Y si eso ocurriera, la otra persona empezaría a preocuparse «de verdad» por nosotros. ¿Lo veis?

Levantamos una barrera a nuestro alrededor para que la gente no entre.

## P17

### ¿POR QUÉ AGITÁIS LA MANO PARA SALUDAR CON LA PALMA HACIA VOSOTROS?

Cuando era pequeño y me pedían que saludara agitando la mano, solía hacerlo con la palma hacia mí. Me resultaba imposible hacer los ejercicios de gimnasia más sencillos... o bailar. Eso se debe a que a los autistas nos cuesta imitar movimientos. Como no conocemos nuestro propio cuerpo muy bien, mover las partes del cuerpo que podemos seguir con los ojos es el primer paso para conseguir imitar movimientos correctamente.

Yo no entendía por qué me decían que estaba saludando al revés, hasta que una vez me vi en un espejo de cuerpo entero. Entonces fue cuando me di cuenta: ¡estaba diciéndome adiós a mí mismo!

## UN RESBALÓN OPORTUNO

—¡Yo corro más rápido que nadie! —presumía la liebre.

—Pero ya hicimos una carrera hace tiempo para zanjar la cuestión... y gané yo —respondió la tortuga, molesta—. Yo soy la más rápida.

Ninguno de los animales parecía interesado en absoluto:

—Bah, ¿a quién le importa?

Pero la liebre insistía en hacer otra carrera, de modo que la tortuga por fin cedió y se dirigió a la línea de salida.

La carrera entre la liebre y la tortuga estaba a punto de empezar.

—¡Preparados, listos, ya!

La liebre salió disparada a una velocidad tremenda.

La tortuga resbaló y cayó panza arriba. Al verlo, los demás animales corrieron hacia ella para ver si estaba bien:

—Pobrecilla, ¿estás bien? Más vale que vayas a casa a descansar.

Así que, entre todos, llevaron a la tortuga a su casa.

La liebre llegó a la línea de meta.

Pero allí no había nadie esperando. Solo ella.

## P18

### CUANDO OS DA UN ATAQUE DE RISA, ¿QUÉ OS PASA POR LA CABEZA

A veces los autistas nos echamos a reír desenfrenadamente..., o da la impresión de que nos lo pasamos tremendamente bien por nuestra cuenta, sin que haya un motivo evidente. Debéis de preguntaros: «¿Qué mosca le habrá picado ahora?».

En momentos así, tenemos «imaginaciones». O quizá no sean imaginaciones, pero nos pasan por la mente imágenes o escenas que aparecen de la nada. Puede ser el recuerdo de algo que nos producía risa, o quizá sea un fragmento de algún libro que hemos leído.

Puede que eso os resulte difícil de entender. Pero tratad de ver esos «subidones» como una versión más intensa de esas ocasiones en que recordáis algo divertido y reprimís una risita.

P19

## ¿CÓMO SON VUESTROS *FLASHBACKS*?

*N*osotros recordamos lo que hemos hecho, cuándo, dónde, con quién lo hemos hecho y cosas así, pero esos recuerdos son dispersos y nunca están conectados entre sí de forma ordenada. El problema de los recuerdos dispersos es que a veces nos vuelven a la cabeza como si acabaran de producirse y, cuando eso ocurre, las emociones que sentí la primera vez me vuelven de golpe, como una tormenta repentina. Eso es un *flashback*.

Sé que tengo un montón de recuerdos agradables, pero mis *flashbacks* son casi siempre de recuerdos malos, y pueden, de repente, alterarme muchísimo, hacer que me eche a llorar o que entre en pánico. No importa que sea un recuerdo de hace muchísimo tiempo: la misma sensación de indefensión que tenía entonces se apodera de mí, y da la impresión de que no va a parar nunca.

Así que, cuando esto ocurra, dejad que lloremos a gusto y que nos recuperemos luego. A lo mejor la pataleta os pondrá un poco

nerviosos, pero intentad entender lo que nos está pasando, y no nos dejéis de lado.

P20

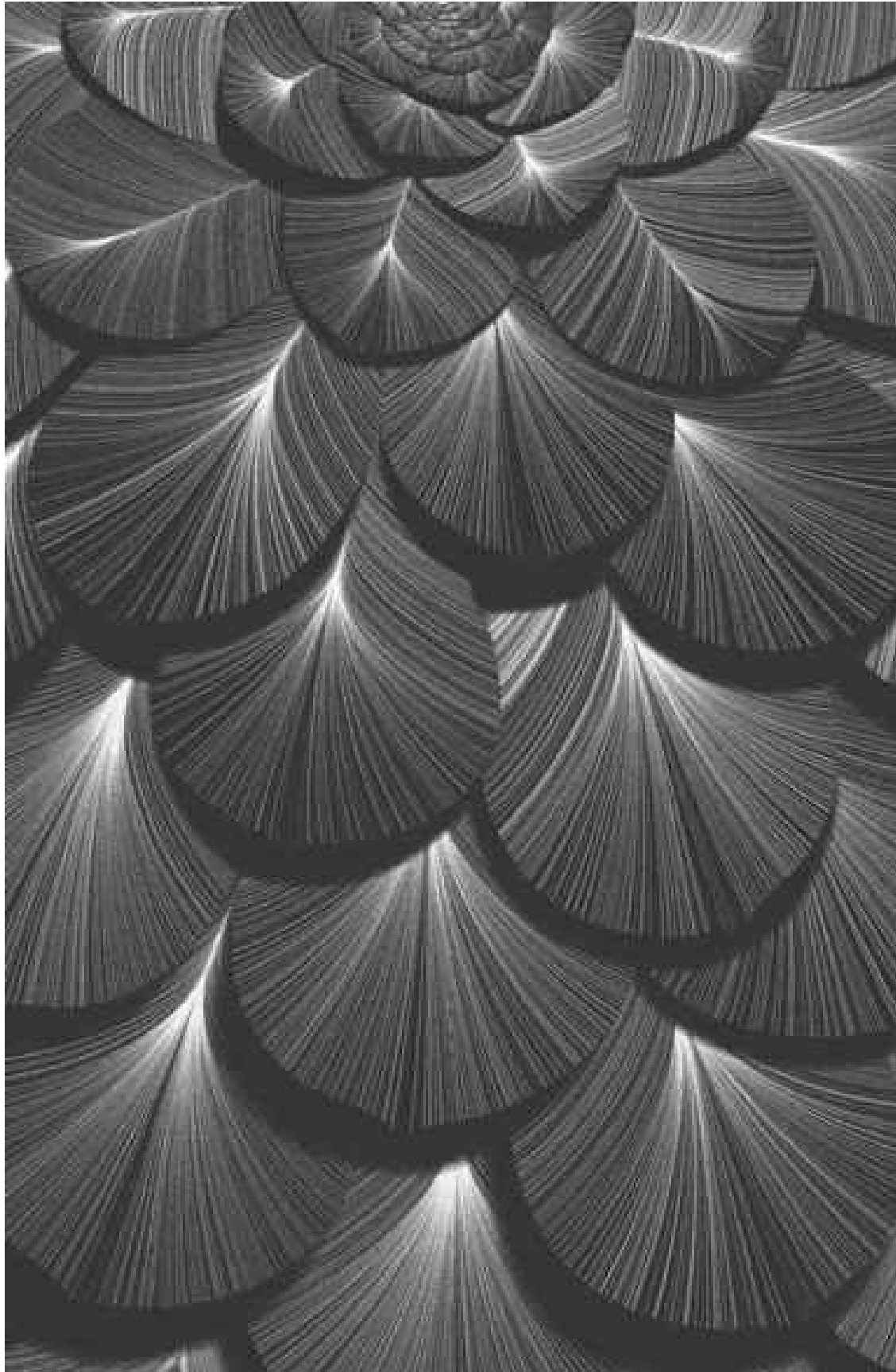
## ¿POR QUÉ OS TOMÁIS TAN A PECHO EQUIVOCACIONES SIN IMPORTANCIA?

Cuando veo que he cometido un error, la mente se me bloquea. Lloro, grito, me altero mucho y ya no puedo pensar con coherencia. Por muy pequeño que sea el error, para mí es algo enorme, como si el mundo se hubiera vuelto del revés. Por ejemplo, cuando echo agua en un vaso, no soporto derramar ni una gota.

Para vosotros debe de ser difícil entender por qué me puede llegar a disgustar tanto algo así. E incluso yo sé que tampoco es para tanto. Pero me resulta casi imposible contener las emociones. Una vez que he cometido un error, se me viene encima como un tsunami. Y entonces, al igual que los árboles o las casas arrasados por el tsunami, soy «yo» quien queda destrozado por el *shock*. Al momento me vengo abajo, y no distingo las respuestas correctas de las incorrectas. Lo único que sé es que tengo que salir de esa situación lo antes posible para no ahogarme. Para salir de ahí, haría lo que fuera. Llorar, gritar y tirar cosas, incluso encararme con alguien...



Al final consigo calmarme y recuperar el control. Entonces no veo ni rastro del tsunami que ha pasado: solo los destrozos que yo mismo he causado. Y cuando veo eso, me odio. No puedo evitarlo.



P21

## ¿POR QUÉ NO HACÉIS ENSEGUIDA LO QUE OS DICEN?

*H*ay veces que no puedo hacer lo que quiero hacer, o lo que tengo que hacer. Eso no significa que no quiera hacerlo. Simplemente es que, por algún motivo, no consigo hacerlo. Incluso a la hora de realizar la tarea más sencilla, no consigo empezar con la misma facilidad que vosotros. Así es como tengo que planteármelo:

1. Pienso en lo que voy a hacer.
2. Visualizo cómo voy a hacerlo.
3. Me doy ánimos para ponerme en marcha.

Lo fácil o difícil que me resulte hacer la tarea depende de cómo vaya el proceso.

Hay veces en que no puedo actuar, aunque lo desee desesperadamente. Son ocasiones en las que pierdo el control de mi cuerpo. No quiero decir que me ponga enfermo ni nada parecido. Es como si todo yo, a excepción de mi alma, perteneciera a otra

persona y no tuviera ningún control sobre mí mismo. No creo que podáis llegar a imaginaros la agonía que supone para mí.

No siempre es fácil darse cuenta simplemente con mirar a un autista, pero nosotros nunca sentimos del todo nuestro cuerpo como algo nuestro. Siempre hace cosas que no controlamos. Estamos atrapados en su interior, y hacemos todo lo que podemos para que responda a nuestras órdenes, pero nos cuesta mucho.

P22

## ¿TANTO OS MOLESTA QUE OS DIGAMOS QUE HAGÁIS COSAS?

*A* los niños con autismo nos gustaría que no nos perdierais nunca de vista. Con eso quiero decir que no os rindáis, que no nos dejéis por imposibles. Lo de «no perdernos de vista» lo digo porque el simple hecho de que estéis ahí nos hace más fuertes.

Solo por el modo en que respondemos, es difícil saber si hemos comprendido lo que habéis dicho o no. Y en muchos casos seguimos siendo incapaces de hacer algo por mucho que nos hayáis enseñado cómo hacerlo.

Así es como somos. Por nosotros mismos, simplemente no sabemos cómo hacer las cosas igual que vosotros. Pero, al igual que todos los demás, queremos hacerlas del mejor modo posible. Cuando notamos que nos dais por imposibles, nos sentimos fatal. Así que, por favor, seguid ayudándonos, hasta el final.

P23

## ¿QUÉ ES LO PEOR DE SER AUTISTA?

*N*unca os dais cuenta. De verdad, no tenéis ni idea de lo infelices que somos. Nuestros cuidadores pueden decir: «¡Cuidar de estos niños es realmente muy duro!», pero no os podéis imaginar lo triste e infeliz que puede ser la vida para nosotros, que siempre estamos causando problemas y que no conseguimos hacer bien prácticamente nada.

Cada vez que hacemos algo mal, nos regañan o se ríen de nosotros, y no tenemos siquiera la posibilidad de disculparnos, por lo que acabamos odiándonos una y otra vez a nosotros mismos y perdiendo la esperanza de hacer algo bien. Es imposible no preguntarse por qué tuvimos que nacer en este mundo.

Pero yo os pido, a los que pasáis todo el día con nosotros, que no perdáis los nervios. Cuando lo hacéis, es como si nos negarais el valor de nuestra propia vida, y eso hace que perdamos el ánimo que tanto necesitamos. Lo más penoso para nosotros es pensar que estamos causándoles dolor a otras personas. Podemos aceptar las

cosas duras que nos toca vivir, pero pensar que nuestra vida es motivo de infelicidad para otras personas es simplemente insoportable.

P24

## ¿OS GUSTARÍA SER «NORMALES»?

¿Qué haríamos si hubiera algún modo de poder ser «normales»? Bueno, apuesto a que la gente que nos rodea —nuestros padres y profesores— se volverían locos de alegría y exclamarían: «¡Aleluya! ¡Se va a volver normal!». Y durante años yo también he deseado ser normal, desesperadamente. Vivir con necesidades especiales es deprimente y muy difícil. Antes pensaba que lo mejor que podía haber en el mundo sería vivir la vida como una persona normal.

Pero ahora, aunque consiguieran crear una medicina para curar el autismo, creo que quizá decidiría quedarme como estoy. ¿Cómo es posible que haya cambiado tanto de opinión?

En pocas palabras, he aprendido que todo ser humano, con o sin discapacidades, tiene que hacer un esfuerzo para dar lo mejor de sí mismo, que si luchas por ser feliz, conseguirás ser feliz. Para nosotros, el autismo es la normalidad, así que ni siquiera podemos saber qué es lo que vosotros llamáis «normal». Pero mientras



podamos aprender a querernos a nosotros mismos, no sé si importa tanto si somos normales o autistas.

## TERRÍCOLA Y AUTISMAN

*E*staba viajando en avión a Hokkaido con mi familia. Era la primera vez que volaba desde hacía muchos años, y me sorprendió descubrir que la sensación de la gravedad tirando de mi cuerpo era realmente agradable. No lo había notado la otra vez que había volado, porque entonces era muy pequeño. En cualquier caso, se me ocurrió este relato corto...

Érase una vez un pequeño planeta verde y tranquilo.

AUTISMAN: Bueno..., bienvenido a mi mundo.

TERRÍCOLA: ¿No te sientes como lastrado? Yo siento como si me hubieran colgado pesos de los brazos y de las piernas.

AUTISMAN: Ah, pero es que, en tu planeta, yo siempre me siento como si flotara en el espacio, inerte.

TERRÍCOLA: Ah, vale. Ahora te entiendo. Te entiendo de verdad.

Si hubiera un planeta, en algún lugar, con una fuerza de gravedad perfecta para los autistas, podríamos movernos libremente por él.

P25

## ¿POR QUÉ RAZÓN SALTÁIS?

¿Qué creéis que pienso cuando estoy saltando arriba y abajo, y dando palmadas? Apuesto a que pensáis que, en realidad, no hay nada tras esa expresión de felicidad que se refleja en mi cara.

Pero, cuando salto, es como si mis sentimientos y mis sensaciones se elevaran hacia el cielo. De verdad, las ganas que me entran de sentirme engullido hacia el cielo hacen que el corazón se me estremezca. Cuando salto, siento mejor todas las partes de mi cuerpo (las piernas, que saltan; las manos, que dan palmas), y eso me hace sentir muy muy bien.

Así que esa es una de las razones por las que salto, aunque últimamente he observado otro motivo. Los autistas reaccionan físicamente a la felicidad y a la tristeza. Así que, cuando pasa algo que me afecta emocionalmente, mi cuerpo reacciona, como si le hubiera caído un rayo encima.

«Reaccionar» no significa que mis músculos se pongan rígidos e inmóviles: al contrario, significa que ya no lo controlo y no me muevo como quiero. Así que al saltar arriba y abajo es como si me estuviera sacudiendo de encima las cuerdas que me atan el cuerpo.

Cuando salto, me siento más ligero, y creo que el motivo de que mi cuerpo se sienta atraído hacia el cielo es que el movimiento me hace desear transformarme en un pájaro y salir volando hacia algún lugar lejano.

No obstante, al estar limitados por nosotros mismos y por la gente que nos rodea, lo único que podemos hacer es aletear y dar saltitos en nuestra jaula. ¡Ojalá pudiera agitar las alas y salir volando, surcar el cielo azul, sobre las montañas, lejos de aquí!

P26

## ¿POR QUÉ ESCRIBÍS LETRAS EN EL AIRE?

*M*uchos autistas escribimos letras en el aire. «¿Estás intentando decirnos algo?» o «¿Estás pensando en algo?», debéis preguntaros, supongo. En mi caso, escribo para confirmar lo que quiero recordar. Mientras escribo, recuerdo lo que he visto, no en forma de escenas, sino en letras, signos y símbolos. Las letras, los símbolos y los signos son mis mejores aliados, porque nunca cambian. Se quedan como están, y se fijan en mi memoria. Y cada vez que nos sentimos solos o felices, igual que vosotros podríais tararear una canción en voz baja, nosotros recordamos nuestras letras. Cuando las escribo, puedo olvidarme de todo lo demás. Con mis letras no me siento solo. A nosotros nos resulta mucho más fácil recordar letras y símbolos que palabras habladas, y podemos recurrir a ellas siempre que queremos.



P27

¿POR QUÉ OS TAPÁIS LOS OÍDOS  
LOS AUTISTAS? ¿ES PORQUE HAY  
DEMASIADO RUIDO ?

*H*ay algunos ruidos que vosotros no notáis, pero que a nosotros nos llegan. El problema es que no entendéis cómo nos afecta eso. No es que los ruidos nos taladren los nervios. Es más bien que nos da miedo el hecho de que, si nos quedamos escuchando, podamos perder la noción de dónde estamos. En momentos así, es como si el suelo se tambaleara bajo nuestros pies y todo lo que nos rodeara se nos viniera encima; es absolutamente aterrador. Así que taparnos los oídos es una medida para protegernos y para recuperar el control de la situación.

Los sonidos que molestan a los autistas varían de una persona a otra. No sé cómo lo aguantaríamos si no nos tapáramos los oídos. Yo también lo hago a veces, aunque me he ido acostumbrando a los ruidos gradualmente, presionando cada vez menos las manos contra las orejas. Algunas personas consiguen superar el problema acostumbrándose poco a poco a los ruidos, supongo. Lo que más

importa es que aprendamos a sentirnos seguros también en presencia de esos ruidos.



P28

## ¿POR QUÉ MOVÉIS LOS BRAZOS Y LAS PIERNAS DE ESE MODO TAN RARO?

*E*n la clase de gimnasia, el profesor me dice cosas como «¡Estira los brazos!» o «¡Dobla las rodillas!». Pero yo no siempre sé lo que están haciendo mis brazos y mis piernas, al menos no exactamente. No tengo una sensación clara del lugar de donde parten mis brazos y mis piernas, y de cómo hacer que hagan lo que les digo que hagan. Es como si mis miembros fueran una especie de cola de sirena de goma.

Creo que la razón de que algunos niños autistas intenten agarrar objetos «tomando prestada» la mano de otra persona es que no pueden calcular hasta dónde tienen que extender su propio brazo para llegar al objeto. Tampoco están demasiado seguros de cómo agarrar el objeto en cuestión, porque tenemos problemas para percibir y calcular las distancias. No obstante, con la práctica deberíamos poder superar esta dificultad.

Aun así, yo todavía no me doy cuenta de cuándo he pisado a una persona o de cuándo he apartado a alguien de un empujón. Así que puede que aún haya algún contacto defectuoso en mi sentido del tacto.

## P29

**¿POR QUÉ HACÉIS COSAS QUE EL RESTO NO HACEMOS? ¿ES QUE, DE ALGÚN MODO, VUESTROS SENTIDOS FUNCIONAN DE FORMA DIFERENTE A LOS NUESTROS?**

«¿*P*or qué no te pones los zapatos?» «¿Por qué solo te pones camisas de manga corta?» «¿Por qué siempre te afeitas o te arrancas el vello corporal? ¿No te duele?». Cada vez que los autistas hacemos algo que otra persona no haría, os debéis de preguntar por qué. ¿Es que los autistas poseemos una capacidad sensorial diferente? ¿O es que esas acciones nos dan algún tipo de satisfacción personal?

En mi opinión, ambas respuestas van desencaminadas. El motivo podría ser que nos hemos sumido en un estado en el que si «no» hacemos esas acciones, nos venimos abajo por completo. Si decís de alguien que «sus sentidos funcionan de un modo diferente», significa que, de algún modo, el sistema nervioso de esa persona no funciona bien. Pero yo creo que, en nuestro caso, no tenemos ningún problema nervioso. Es más bien que nuestras emociones

desencadenan reacciones anormales. Lo natural es que cualquiera que se halle atascado en una situación intente salir de ella, y es mi propia desesperación la que hace que malinterprete los mensajes que se me envían. Si centro toda la atención en una zona de mi cuerpo, es como si concentrara ahí también toda mi energía, momento en que mis sentidos me informan de que algo en esa zona va muy mal.

Si una persona sin autismo pasa un mal momento, puede hablarlo con alguien, o montar un escándalo. Pero, en nuestro caso, esa opción no existe: nunca podemos hacernos entender. Incluso cuando estamos en pleno ataque de pánico, la gente no entiende qué nos pasa, o simplemente nos dicen que dejemos de llorar. Supongo que la desesperación que sentimos no encuentra salida, y nos invade todo el cuerpo y provoca una confusión aún mayor en nuestros sentidos.

P30

## ¿POR QUÉ SOIS DEMASIADO SENSIBLES O INSENSIBLES AL DOLOR?

*H*ay autistas que montan un gran alboroto cuando tienen que cortarles el pelo o las uñas, aunque eso no debería dolerles en absoluto. Al mismo tiempo, hay gente que mantiene la calma y la compostura aunque tengan una herida evidentemente dolorosa.

Yo no creo que eso tenga que ver con los nervios y las terminaciones nerviosas. Es más bien una cuestión de «dolor interior», que se expresa a través del cuerpo. Cuando los recuerdos llegan de pronto, experimentamos un *flashback*, pero, en el caso de los autistas, los recuerdos no están almacenados en un orden claro. En el caso de los que se alteran al cortarles el pelo o las uñas, probablemente suceda que, de algún modo, tengan recuerdos negativos conectados con esa acción.

Una persona normal podría decir: «Vaya, nunca le ha gustado que le corten el pelo o las uñas, desde que era pequeño, y no tenemos ni idea de por qué». Pero el caso es que la memoria de una persona

autista no es como una escala numerada de la cual sacar lo que se busca: es más bien como un rompecabezas que resulta imposible de completar si se pone una ficha mal. Es más, una sola pieza mal puesta puede desordenar todos los recuerdos de alrededor. Así que no tiene por qué ser el dolor lo que nos haga llorar: muy posiblemente sea el recuerdo.

En cuanto a la gente que no muestra ningún signo de dolor, supongo que lo que les pasa es que no son capaces de demostrarlo. Debe de resultaros muy complicado llegar a entender lo difícil que es para nosotros expresar lo que sentimos. Para nosotros, resulta más fácil afrontar el dolor tratándolo como algo que ya ha pasado que mostrarles a los demás que estamos sufriendolo.

La gente normal piensa que somos muy dependientes y que no podemos vivir sin un apoyo continuo, pero, de hecho, hay ocasiones en que nos comportamos como héroes estoicos.

P31

## ¿POR QUÉ SOIS TAN MANIÁTICOS CON LA COMIDA?

Algunos autistas siguen una dieta muy limitada, es cierto. Yo no tengo ese problema, pero hasta cierto punto creo que entiendo de dónde viene. Esa actividad llamada comer la realizamos tres veces al día, pero, para algunas personas, tener que comer alimentos diferentes cada vez puede suponer un gran problema. Cada tipo de comida tiene su sabor, su color y su forma. Normalmente, esas diferencias son las que convierten comer en un placer, pero algunos autistas solo le encuentran sabor a las cosas que pueden identificar a priori como alimentos. Todo lo demás les resulta tan apetitoso como la comida de juguete que puede servir una niña que juega a las cocinitas.

¿Y por qué ven así cualquier alimento nuevo? Podríais pensar: «Porque tienen el sentido del gusto alterado y ya no aceptan nada más». Pero ¿no podría ser también que quizá necesiten más tiempo que la persona media para llegar a apreciar alimentos nuevos? Aunque no tengan problema en comer solo los alimentos a los que están habituados, en mi opinión comer no tiene que ver únicamente

con la nutrición: también puede ser un placer. Comer es vivir, y a los que solo comen determinadas cosas desde luego habría que ir introduciéndolos en nuevos alimentos poco a poco. Al menos eso es lo que me parece a mí.



P32

## CUANDO MIRÁIS ALGO, ¿QUÉ ES LO PRIMERO QUE VEIS?

¿Cómo ven el mundo los autistas, exactamente? ¡Desde luego, la respuesta a eso solo la tenemos nosotros, y nadie más que nosotros! A veces me compadezco de vosotros porque no podéis ver la belleza del mundo del mismo modo que nosotros. De verdad, nuestra visión del mundo puede ser increíble, realmente increíble...

Podrías responder: «Pero los ojos que usamos para mirar las cosas funcionan igual para todos, ¿no?». Y tendrías razón, puede que estéis mirando exactamente las mismas cosas que nosotros, pero «el modo» en que nosotros las percibimos parece que es diferente. Cuando veis un objeto, parece que lo veis primero como una única cosa, y después vais percibiendo los detalles. Pero a los autistas nos llegan los detalles de golpe en primera instancia, y después, detalle a detalle, vamos viendo el conjunto de la imagen. La parte de la imagen que capturan primero nuestros ojos depende de diferentes cosas. Cuando un color es vivo o una forma es muy llamativa, será eso lo que llame nuestra atención, y entonces es como si nuestro

corazón se sumergiera en ello, y no podemos concentrarnos en nada más.

Cada cosa tiene su belleza particular. Los autistas nos deleitamos con esa belleza, como si fuera una bendición. Allá donde vamos, hagamos lo que hagamos, nunca estamos completamente solos. Puede parecer que no estamos con nadie, pero siempre estamos en compañía de amigos.

P33

## ¿OS CUESTA ESCOGER ROPA ADECUADA A LAS CIRCUNSTANCIAS?

*H*aga frío o haga calor, siempre me cuesta mucho escoger la ropa correcta, al igual que ponerme más capas o quitármelas, según la ocasión. De hecho, algunos autistas llevan exactamente el mismo tipo de ropa todo el año. ¿A qué se debe? ¿Cuál es el problema de ponerse o quitarse ropa según las necesidades?

Bueno..., pues ni idea. Puede que haga un calor insoportable y que nosotros «sepamos» que hace un calor insoportable, pero a un autista quizá no se le ocurra que quitarse una capa de ropa puede ser buena idea. No es que no entendamos la lógica: es que, por algún motivo, se nos olvida. Se nos olvida lo que llevamos puesto, y cómo estar más frescos.

Al menos puedo secarme el sudor de la cara con el pañuelo (ahora ya me he acostumbrado), pero ponerse la ropa adecuada es un gran trabajo para nosotros, porque la situación a menudo cambia. Así que entiendo perfectamente a los autistas que prefieren llevar la misma

ropa todos los días. La ropa es como una extensión de nuestros cuerpos, como una piel exterior, y por eso llevar la misma todos los días puede ser tranquilizador. Nos vemos obligados a hacer todo lo que podamos para protegernos contra la incertidumbre, y llevar ropas cómodas y que nos gusten es un modo de hacerlo.

P34

## ¿TENÉIS SENTIDO DEL TIEMPO?

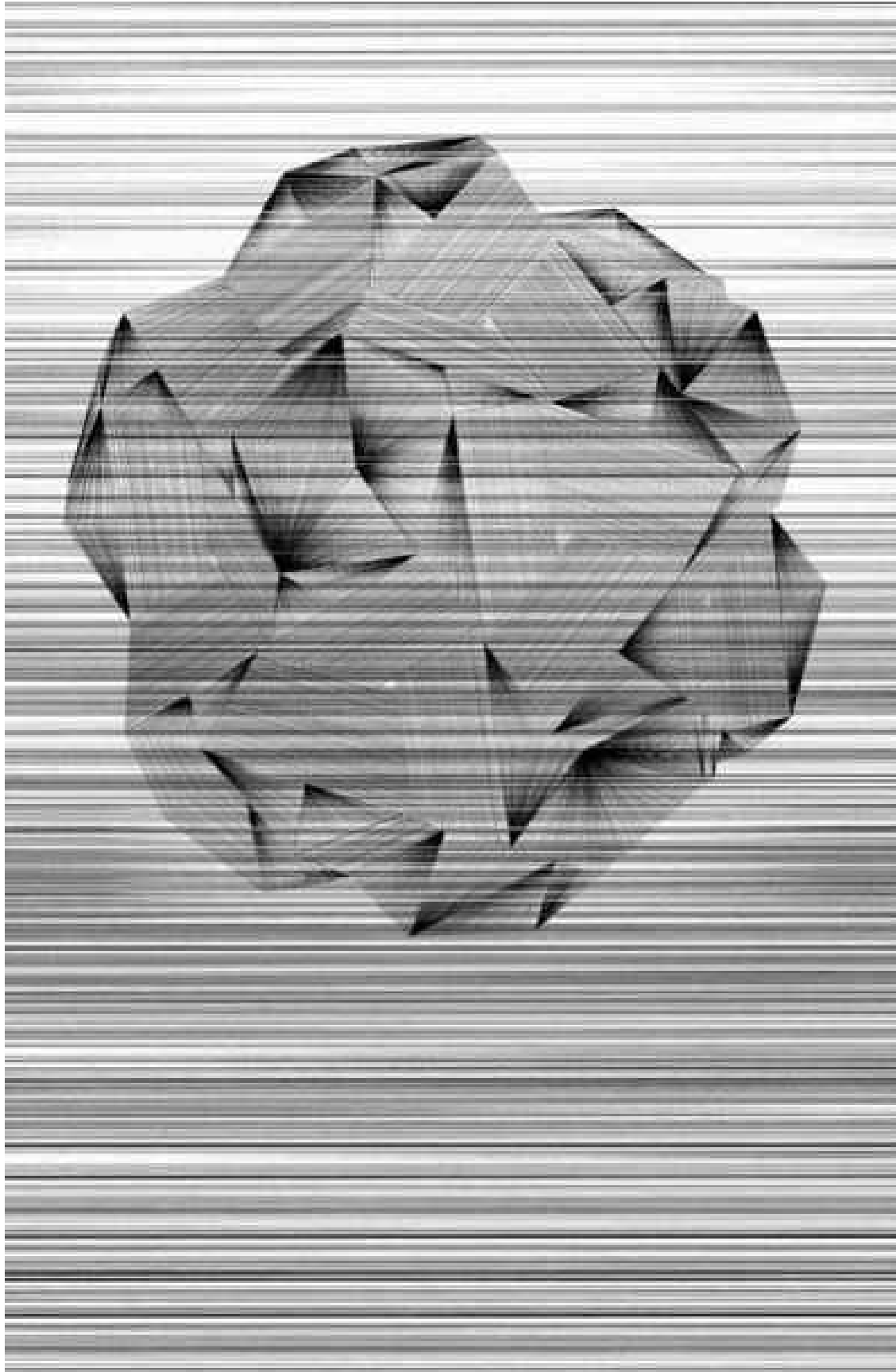
El tiempo es una cosa continua sin límites claros, por lo que es muy confuso para los autistas. A lo mejor os extraña por qué nos cuesta tanto controlar los intervalos de tiempo y la velocidad a la que pasan, y por qué parece ser un concepto tan difícil de interiorizar para los autistas.

Para nosotros, es tan difícil calcular el tiempo como hacer un dibujo de un país en el que nunca hemos estado. No se puede capturar el paso del tiempo en un trozo de papel. Las manecillas del reloj pueden mostrar que ha pasado una fracción de tiempo, pero el hecho de que no podamos «notarlo» como tal nos pone nerviosos.

Como tengo autismo, lo sé, y lo siento en mí mismo (y creedme, da un poco de miedo). Pensar en el estado en que estaremos en un momento futuro y los problemas que crearemos dispara nuestra ansiedad. La gente que tiene un control sobre sí misma y sobre su cuerpo sin proponérselo siquiera nunca experimenta este tipo de miedo.

Para nosotros, un segundo puede llegar a ser larguísimo, y, sin embargo, veinticuatro horas pueden pasar en un suspiro. El tiempo

solo puede fijarse en nuestra memoria en forma de escenas visuales. Precisamente por eso no hay mucha diferencia entre un segundo y veinticuatro horas. Y pensar en lo que nos pueda deparar el futuro inmediato no deja de ser una enorme e incesante preocupación.



P35

## ¿POR QUÉ TENÉIS TAN ALTERADOS LOS PATRONES DE SUEÑO?

*N*o son pocos los autistas que tienen dificultades para conciliar el sueño de noche. Cuando era pequeño, había veces que no podía dormirme, aunque se hiciera muy tarde. Parece extraño, porque los seres humanos no somos animales nocturnos, ¿verdad? Pero ahora eso no me pasa casi nunca. La cura puede ser el simple paso del tiempo. Las personas que no pueden dormir puede parecer que están bien por fuera, aunque por dentro estén agotadas.

La verdad es que no sé qué es lo que provoca las alteraciones del sueño, así que lo único que puedo deciros al respecto es que, si vuestro hijo autista no se duerme a una hora correcta, por favor, no le riñáis, aunque se alargue noche tras noche.



## UN VERANO INTERMINABLE

Los autistas pueden mostrarse inquietos y nerviosos todo el rato, casi hasta el punto de resultar cómico. Es como si para nosotros fuera verano todo el año. La mayoría de la gente se muestra bastante relajada cuando no está haciendo nada en particular, pero nosotros siempre estamos agitadísimos, como un niño que llega tarde al colegio. Somos como las cigarras, que parece que quieren aprovechar el verano antes de que se pase. Rápido, rápido, rápido. *Bzzzzz, bzzzzz, cricri, cri-cri, chirrr...* Lloramos con todas nuestras fuerzas, gritamos como si nos fuera la vida en ello, y nunca descansamos en nuestra batalla contra el tiempo.

Con la llegada del otoño, la vida de las cigarras llega a su fin. A los seres humanos les queda mucho tiempo por delante, pero nosotros, los autistas, que estamos medio apartados del paso del tiempo, seguimos agitados de la mañana a la noche. Igual que las cigarras emitimos nuestra llamada, nuestro grito al exterior.

P36

## ¿POR QUÉ OS GUSTA DAR VUELTAS?

*A* muchos autistas suele gustarnos dar vueltas sobre nosotros mismos, una y otra vez. La verdad es que también nos gusta dar vueltas a cualquier objeto que nos encontramos. ¿Podéis entender que sea tan divertido dar vueltas a las cosas?

Las cosas que nos rodean habitualmente no giran, así que las cosas que sí giran sobre sí mismas nos fascinan. Solo ver cómo giran las cosas nos llena de una satisfacción que no cesa (durante el tiempo que estamos ahí, mirando cómo giran con una regularidad perfecta). Sea lo que sea lo que hacemos girar, siempre es así. Las cosas que no cambian nos reconfortan, y eso siempre tiene una belleza propia.

P37

## ¿POR QUÉ AGITÁIS LOS DEDOS Y LAS MANOS FRENTE A LA CARA?

Agitando los dedos y las manos frente a la cara conseguimos que la luz nos entre en los ojos filtrada, de un modo más agradable. La luz que nos llega así es más suave y agradable, como la luz de la luna. Pero la que nos llega directa, «sin filtrar», es como si nos «pinchara» en los globos oculares en afiladas líneas rectas, de modo que vemos demasiados puntos de luz. Y eso hace que hasta nos duelan los ojos.

También es verdad que no podríamos vivir sin luz. La luz nos limpia las lágrimas. Y cuando estamos envueltos en luz, estamos contentos. Quizá sea que nos encanta cómo caen sus partículas sobre nosotros. De algún modo, las partículas de luz nos consuelan. Admito que eso es algo que no puedo explicar muy bien usando la lógica.

P38

## ¿POR QUÉ ALINEÁIS VUESTROS COCHES DE JUGUETE Y PIEZAS DE CONSTRUCCIÓN?

*A*linear cosas es de lo más divertido. Ver correr el agua también lo es. Parece que otros niños disfrutan más con juegos en los que fingen ser personajes o en los que interpretan papeles, pero, como autista, la verdad es que no les veo la gracia por ninguna parte.

Lo que nos preocupa a nosotros —en realidad, yo soy bastante obsesivo con ello— es el orden en que vienen las cosas, y los diferentes modos de alinearlas. De hecho, en cosas como los puzles, son las líneas y las superficies de las cosas lo que nos encanta. Cuando jugamos así, sentimos el cerebro más claro y fresco.

P39

## ¿POR QUÉ OS GUSTA ESTAR EN EL AGUA?

Lo que queremos es volver atrás. Al pasado lejano. A una época primigenia. De hecho, a antes de que existieran los seres humanos. En esto creo que todos los autistas coincidimos. Las formas de vida acuática nacieron y evolucionaron, pero ¿por qué tuvieron que salir a tierra firme y convertirse en seres humanos que decidieron llevar una vida gobernada por el tiempo? Eso, para mí, constituye un verdadero misterio.

En el agua se está muy tranquilo, y me siento libre y feliz. Nadie nos apremia, y es como si tuviéramos todo el tiempo del mundo. Tanto si nos quedamos en un sitio como si nadamos de un lado a otro, cuando estamos en el agua podemos sentirnos integrados en el paso del tiempo. Fuera del agua la estimulación que reciben nuestros ojos y nuestros oídos siempre es enorme, y nos resulta imposible calcular cuánto dura un segundo o una hora.

Los autistas no tenemos libertad. Y eso se debe a que somos seres humanos diferentes, nacidos con unos sentidos ancestrales,

primitivos. Somos ajenos al transcurrir normal del tiempo, no podemos expresarnos, y nuestros cuerpos nos empujan a través de la vida. Si pudiéramos volver a ese pasado acuático tan, tan antiguo..., ¡entonces podríamos vivir con la misma satisfacción y sensación de libertad que todos vosotros!

P40

## ¿OS GUSTAN LOS ANUNCIOS DE LA TELE?

*E*sta es una pregunta difícil. No estoy muy seguro de la respuesta. Quizá penséis que nos gustan los anuncios de la tele porque nos gusta repetir mucho los eslóganes o las frases con gancho, pero no solo es eso. Recordamos esas frases tan bien porque se repiten mucho, y sí, salimos corriendo hacia la tele cuando aparece un anuncio que nos resulta familiar. Nos gusta ver los que conocemos bien. ¿Cómo es que a las personas que no tenéis autismo no os interesan los anuncios? Al fin y al cabo, salen una y otra vez, así que verlos de nuevo es como recibir una visita de algún viejo amigo, ¿no?

Yo no soy un gran aficionado a los anuncios de televisión por sí mismos, pero, cuando aparece uno que me resulta familiar, me suele gustar bastante. Eso se debe a que, cuando aparece uno que conozco, ya sé de qué va, y, de algún modo, me tranquiliza saber que nunca duran mucho. El motivo por el que os parece que tenemos aspecto de estar contentos cuando vemos anuncios de televisión supongo que se debe a que en otras ocasiones se nos ve menos

estables y calmados, y que tenemos una expresión más neutra. A lo mejor lo que veis en nuestra cara cuando vemos anuncios en la tele es una imagen fugaz de nuestro verdadero «yo».



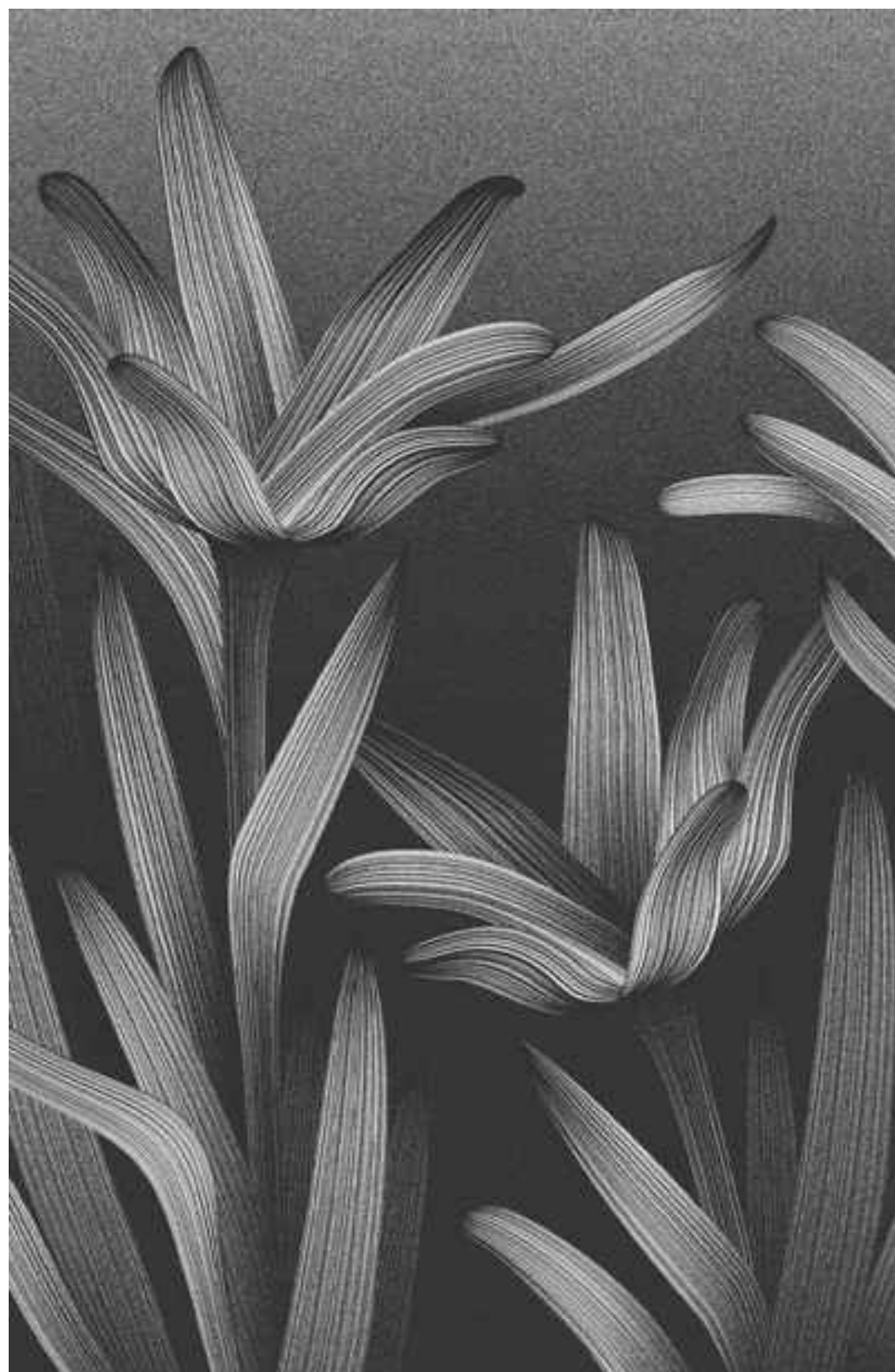
P41

## ¿QUÉ TIPO DE PROGRAMAS DE TELEVISIÓN OS GUSTAN MÁS?

Incluso a mi edad, me sigue gustando ese programa para niños de parvulario, *Watching with Mother*. Al leer esto, pensaréis: «¡Ah, al fin y al cabo este tipo no es más que un niño grande!». Pero, en mi humilde opinión, no se trata de eso. Puede ser que en ocasiones parezcamos niños pequeños —por lo que nos gustan las cosas suaves, agradables y bonitas—, pero tendemos a preferir historias sencillas y directas no porque seamos infantiles, sino porque nos resulta más fácil adivinar lo que va a ocurrir a continuación. Eso nos permite estar más relajados e implicarnos más. Además, las historias sencillas suelen repetirse mucho, de modo que cuando vemos una escena que nos resulta familiar nos emocionamos mucho y podemos estallar en manifestaciones de euforia.

A los autistas nos gustan especialmente las repeticiones. Si me preguntarais por qué, mi respuesta sería esta: «Cuando estáis en un sitio nuevo y desconocido, ¿no os sentís aliviados “vosotros también” si os encontráis con un rostro familiar y amistoso?».

Lo que nosotros no hacemos es discutir, negociar o criticar a los demás. Todo eso se nos da fatal.



## UNA HISTORIA QUE HE OÍDO EN ALGÚN SITIO

Una vez había una niña a la que le encantaba bailar, y llevaba zapatos rojos. Todo el que la conocía pensaba: «Esa chica no dejará de bailar hasta el día en que se muera». Y, quién sabe, quizá la niña pensaba lo mismo.

Una noche, cuando todo el mundo dormía, se puso a bailar. Empezó:

*Baila, gira y salta, una vez y una vez más.*

*Skipiti-skipiti-skip-skip-skip*

*Tapiti-tapiti-tap-tap-tap.*

*Tra-la-la-di-da y tim-ta-ta-tam.*

La niña estaba entusiasmada. «¡Qué sublime es bailar!». Y pasó una semana así. Entonces pensó: «Me pregunto cuánto tiempo más podré seguir así». Para entonces estaba ya casi muerta de agotamiento, pero lo único que deseaba era seguir bailando, bailando, bailando.

Entonces, al octavo día, apareció un joven apuesto que le dijo:

—¿Querrías bailar conmigo?

Al oírlo, la chica paró de bailar y dijo:

—Gracias, pero no. Acabo de descubrir algo más precioso que el baile.

Y a partir de entonces vivieron juntos en una pequeña casita, felices para siempre.

P42

## ¿POR QUÉ MEMORIZÁIS HORARIOS DE TRENES Y CALENDARIOS?

*P*orque es divertido! Los autistas disfrutamos con los números. Todos los números son fijos e inmutables. El número 1, por ejemplo, siempre será el número 1. Esa simplicidad, esa claridad, nos resulta reconfortante.

Lo lea quien lo lea, un horario o un calendario son siempre iguales, siempre. Los entiendes fácilmente siguiendo el mismo conjunto de reglas. Y cuando se trata de nuestras cosas favoritas, memorizamos con una facilidad que parece que los conceptos y los números salten directamente a nuestra cabeza. Las cosas intangibles como las relaciones humanas o las expresiones ambiguas, en cambio, a los autistas nos resultan difíciles de interpretar.

Quizá penséis que para mí escribir estas frases no supone un gran esfuerzo, pero eso no es cierto en absoluto. En el fondo de mi cerebro siempre acecha la ansiedad que me provoca preguntarme si percibo las cosas del mismo modo que la gente sin autismo. Así que,

a través de la tele, los libros o simplemente observando a la gente a mi alrededor, voy aprendiendo constantemente cómo se supone que se siente la gente normal en situaciones determinadas. Y, cada vez que aprendo algo nuevo, escribo una historia corta sobre la situación en cuestión. Así, con un poco de suerte, ya no se me escapa de la mente.

P43

## ¿ODISGUSTA LEER Y DESGLOSAR FRASES LARGAS?

*No*, a mí no me disgustan las frases largas. Pese a todo lo demás, siempre estoy deseoso de aprender cosas diferentes. Me desanima mucho ver que la gente no entiende lo hambrientos de conocimientos que estamos realmente los autistas. El problema no es que no me gusten las frases largas. El problema es que pierdo enseguida la paciencia. Me canso muy pronto, y pierdo el hilo de lo que decía la frase. Puedo leer libros sencillos con imágenes, sin grandes problemas. De hecho, cuando estoy solo, son los que suelo escoger. Son fáciles de seguir y estimulan mi imaginación, y con ellos nunca me aburro.

¡Quiero crecer aprendiendo un millón de cosas nuevas! Debe de haber muchísimos otros autistas con este mismo deseo, con esta misma actitud, pero nuestro problema es que no somos capaces de estudiar por nuestra cuenta. Para poder estudiar como las otras personas necesitamos más tiempo y diferentes estrategias y enfoques. Y la verdad es que la gente que nos ayuda a estudiar necesita aún más paciencia que nosotros. Tienen que entender

nuestra voluntad de aprender, aunque desde fuera no parezca que estemos muy interesados. Pero lo estamos. Nosotros también queremos crecer.



P44

## ¿TE GUSTA HACER CARRERAS?

No es que odie las carreras, pero, en el momento en que soy consciente de que tengo que correr rápido, me doy cuenta de que no puedo. Si corro por simple diversión con mis amigos, puedo correr todo lo que quiera: es como si estuviera haciéndome amigo del viento. A veces la gente dice que se me da muy bien correr, pero es que, cuando alguien me persigue, me resulta divertido y a la vez me asusta que me pueda atrapar, y eso me hace salir corriendo con una punta extra de velocidad.

El motivo de que no pueda correr bien una vez que me he dado cuenta de la necesidad de correr no tiene que ver con mis nervios. Mi problema es que, en cuanto intento correr rápido, me pongo a pensar en cómo debo mover los brazos y las piernas, y entonces se me paraliza todo el cuerpo. Y otro motivo por el que no se me dan bien las carreras es que realmente no me da ningún placer ganar a otras personas. Estoy de acuerdo en que en una carrera debes hacerlo lo mejor que puedas, pero ese deseo de ganar a todos los demás es otro asunto. Así que, en las ocasiones en que hay que competir, como en los días en que hay deporte en el colegio, se

impone el simple placer de estar allí, y acabo corriendo la carrera con la misma urgencia de alguien que cruza un prado.

P45

## ¿POR QUÉ DISFRUTÁIS TANTO SALIENDO A PASEAR?

Supongo que a muchos autistas les gusta caminar, y me pregunto si podéis entenderlo. «¿Porque caminar os hace sentir bien?» «¿Porque es estupendo estar al aire libre?». Sí, las dos cosas son correctas, por supuesto, pero para mí la razón número uno es que a los autistas nos encanta el verde, la vegetación y la naturaleza. Ahora pensaréis: «Oh, ¿eso es todo?». No obstante, nuestro interés por la naturaleza es (creo) algo diferente al que puedan tener los demás. Supongo que lo que os llamará de la naturaleza es la belleza de los árboles, de las flores y de todo lo demás. Pero para nosotros, los que tenemos necesidades especiales, la naturaleza es tan importante como nuestra propia vida. El motivo es que, cuando observamos la naturaleza, es como si obtuviéramos permiso para estar vivos en este mundo, y todo el cuerpo se nos recarga de energía. Por mucho que la gente nos desprecie y nos aparte, la naturaleza siempre nos recibe con un gran abrazo aquí, en el interior de nuestro corazón.

El verde de la naturaleza es la vida de las plantas y de los árboles. El verde es vida. Y ese es el motivo por el que nos encanta salir a

pasear.

P46

## ¿DISFRUTÁIS DE VUESTRO TIEMPO LIBRE?

**Y** vosotros, ¿qué hacéis vosotros en vuestro tiempo libre? Porque, para los autistas, el tiempo libre es, de hecho, tiempo «no libre». «Puedes hacer lo que te apetezca hacer», podrían decirnos. Pero, en realidad, para nosotros es bastante difícil encontrar algo que nos apetezca hacer, sin más. Si de pronto vemos algún juguete o algún libro con el que siempre jugamos o que siempre leemos, entonces sí, seguro, lo cogeremos. El caso, no obstante, es que no es tanto cuestión de las cosas que «queramos» hacer, sino de las cosas que «podamos» hacer. Jugar con objetos familiares nos resulta reconfortante, porque ya sabemos qué hacer con ellos, de modo que la gente que nos ve piensa: «Ajá, así que eso es lo que le gusta hacer en su tiempo libre...». Sin embargo, lo que de verdad quiero hacer es sumirme en la lectura de algún libro difícil o debatir sobre algún asunto.

Se nos malinterpreta, y daríamos cualquier cosa por conseguir que se nos entendiera correctamente. Los autistas sufriríamos crisis nerviosas constantemente por este motivo si no fuera porque nos

contenemos muchísimo. Por favor, entended lo que somos realmente, y por lo que estamos pasando.

P47

¿NOS PUEDES DAR ALGÚN  
EJEMPLO DE ALGO CON LO QUE  
LOS AUTISTAS DISFRUTEN DE  
VERDAD?

*E*ncontramos placer en una cosa que probablemente no adivinaríamos: hacernos amigos de la naturaleza. La razón de que no se nos den muy bien las otras personas es que pensamos demasiado en la impresión que causamos en los demás, o en cómo deberíamos responder a esto o a aquello. Pero la naturaleza siempre está ahí, envolviéndonos suavemente: brillando, moviéndose, susurrándonos con sus ruidos.

Con mirar a la naturaleza, simplemente, me siento como si me absorbiera, y en ese momento tengo la sensación de que mi cuerpo es una motita, un cuerpo minúsculo que proviene de tiempos muy anteriores a mi nacimiento, un cuerpo que se funde con la propia naturaleza. La sensación es tan asombrosa que se me olvida que soy un ser humano, y encima con necesidades especiales.

La naturaleza me calma cuando estoy furioso, y se ríe conmigo cuando estoy feliz. Quizá penséis que la naturaleza no puede ser una amiga, una amiga de verdad. Pero los seres humanos también forman parte del reino animal, y quizá los autistas conservemos cierta conciencia de ello, escondida en algún lugar profundo de nuestro interior. Estoy muy contento de que una parte de mí considere a la naturaleza como una amiga.



## LA GRAN ESTATUA DE BUDA

*D*urante un viaje, ¿nunca habéis visto a alguien que de pronto se echa a llorar sin motivo aparente? Obviamente habrá un motivo para ello; pero parece que la persona que está llorando no es capaz de decir cuál es. Si no tenemos más datos, podemos pensar que esa persona está llorando de alegría, pero puede que sea algo que a nosotros nunca nos haya ocurrido.

Bueno, pues a mí me pasa prácticamente lo mismo. El otro día estaba visitando una ciudad llamada Kamakura, donde hay una enorme estatua de Buda. Y cuando la vi, me conmovió tanto que me puse a llorar. No era solo el aspecto digno y majestuoso del Buda; era el peso inmenso de la historia y de las esperanzas, de las oraciones y de los pensamientos de generaciones de personas. Todo aquello me cayó encima de golpe, y no podía dejar de llorar. Era como si el propio Buda me estuviera diciendo: «Todos los seres humanos tienen sus cargas, así que nunca te apartes del camino».

Todo el mundo tiene un corazón, y siempre hay algo que puede conmoverlo. El llanto no ha de estar relacionado necesariamente con la tristeza, el desespero o el desánimo. Me gustaría que tuvierais eso presente.

P48

## ¿POR QUÉ SIEMPRE ESTÁIS CORRIENDO COMO SI ESCAPARÁIS DE ALGO?

*M*i mente no para nunca, se mueve de un lado a otro. No es que quiera salir corriendo; es que no puedo evitar centrar la atención en lo que sea que se me cruce por delante. Para mí también es un rollo, porque la gente me regaña por ello. Pero no sé cómo evitarlo.

Así que no me muevo tanto porque me guste: ni siquiera me calma. Es como que te teletransporten de un lado a otro sin que te enteres. Aunque alguien intente impedírmelo, o aunque algo se me cruce por el camino, sucede. Es como si perdiera el control de mí mismo por un momento.

¿Y qué puedo hacer para evitarlo? Me paso la vida intentando contener el impulso de salir corriendo y, en comparación con cómo solía ser, diría que se me da mejor controlarlo. Pero aún no he encontrado un modo efectivo de resolver el problema. Salir a correr y a pasear me refresca el cuerpo, por lo menos y, después de

hacerlo, es como si me sintiera de nuevo bien conmigo mismo.  
También recupero mi centro de gravedad, y eso me calma.

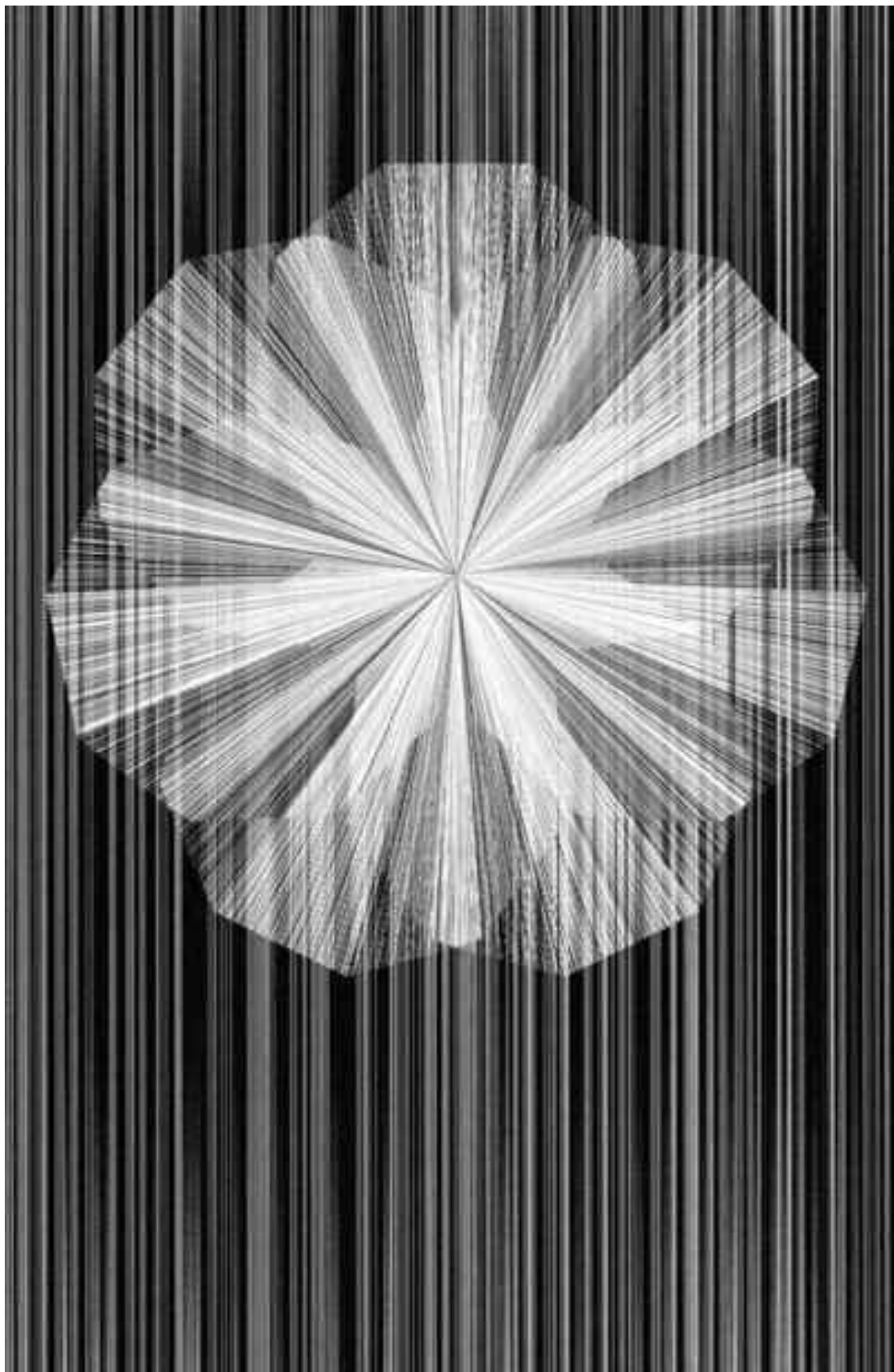
P49

## ¿POR QUÉ OS PERDÉIS TAN A MENUDO?

Ya he mencionado que salgo corriendo en cuanto veo algo interesante. No obstante, el motivo de que nos perdamos tan a menudo es diferente, y creo que es este: no tenemos muy claro el sitio en el que tenemos que estar. Podéis decirnos que sigamos a alguien, que le demos la mano, pero el hecho es que, con o sin sugerencias, vamos a seguir perdiéndonos.

Por decirlo de un modo sencillo, los autistas nunca estamos a gusto, estemos donde estemos, de modo que nos vamos moviendo — o vamos corriendo— en busca de algún lugar donde sí nos encontremos a gusto. Mientras buscamos nuestro lugar, no se nos ocurre considerar cómo o dónde vamos a acabar. Nos vemos engullidos por la ilusión de que, a menos que encontremos nuestro lugar, vamos a quedarnos solos en el mundo. Entonces, de pronto, en algún momento, nos perdemos y tienen que llevarnos de vuelta a donde estábamos antes, o junto a la persona con la que estábamos.

Pero nuestra sensación de incomodidad o de desazón no desaparece. Sinceramente, no creo que seamos capaces de encontrar nuestro ShangriLa. Sé que solo existe en las profundidades del bosque, o en el fondo del océano.



P50

## ¿POR QUÉ OS VAIS DE CASA SIN RUMBO FIJO?

*U*na vez, cuando aún iba a la guardería, me fui de casa... Fue la policía la que terminó por encontrarme. Ya en aquella época solía irme de casa con bastante frecuencia. Recordando aquellos tiempos, creo que se debía a diversas razones. No era porque quisiera salir por un motivo específico, porque necesitara aire fresco. Era más bien —me cuesta poner esto en palabras— que mi cuerpo se movía impulsado por algo que le atraía desde el exterior.

Mientras me alejaba de casa, no sentía ningún miedo ni ansiedad. Todo se reducía a esto: si no salía de casa, dejaría de existir. ¿Por qué? No puedo decirlo, pero «tenía» que seguir caminando, sin parar. Dar media vuelta no me estaba permitido, porque las carreteras nunca se acaban. Las carreteras nos hablan a los autistas... y nos invitan a seguir. Todo esto no tiene mucha lógica, lo sé. Hasta que alguien no nos devuelve a casa, no sabemos lo que hemos hecho, y entonces nos quedamos tan sorprendidos como todos los demás.

Dejé de irme de casa el día en que casi me atropella un coche, porque el miedo a que eso ocurriera me dejó un profundo impacto en la memoria. Así que supongo que si pasa algo lo suficientemente drástico conseguimos controlar este hábito de irnos de casa. Mientras tanto, por favor, no nos perdáis de vista...



P51

¿POR QUÉ REPETÍS  
DETERMINADAS ACCIONES UNA Y  
OTRA VEZ?

La razón por la que los autistas repiten algunas acciones no es simplemente porque les guste lo que están haciendo. Al vernos, algunas personas se sorprenden, como si estuviéramos poseídos. Por mucho que te guste hacer algo, te parecerá imposible repetirlo tantas veces como nosotros, ¿no? Pero la repetición no se debe a que lo queramos hacer libremente. Es, más bien, que nuestros cerebros envían una y otra vez la misma orden. Y luego, repitiendo la acción, nos sentimos estupendamente y muy a gusto.

La verdad es que me da mucha envidia la gente que se da cuenta de lo que le dice su mente, y que tiene capacidad de actuar en consecuencia. Mi cerebro siempre me encarga pequeñas misiones, quiera o no hacerlas. Y si no obedezco, me toca afrontar una sensación de pánico. Es como si me viera empujado a una especie de infierno.

Para los autistas, la vida en sí misma es una batalla.

P52

¿POR QUÉ NO HACÉIS LO QUE  
TENÉIS QUE HACER, AUNQUE OS  
LO HAYAN DICHO UN MILLÓN DE  
VECES?

*Los niños con autismo hacemos lo que se supone que no tenemos que hacer una y otra vez, por más que nos hayáis dicho que no lo hagamos. Entendemos lo que nos estáis diciendo, pero, por algún motivo, seguimos repitiendo la secuencia. Eso también me ocurre a mí, y me he planteado cómo se graba esa secuencia. Primero ejecuto alguna acción que no debo hacer; luego pasa algo como consecuencia; y entonces me regañan; y, por último, el impulso que provoca que recree la secuencia se impone al conocimiento de que me han dicho que no lo haga, y acabo haciéndolo otra vez. Lo siguiente que sé es que siento una especie de zumbido eléctrico en el cerebro, que es muy agradable (no hay ninguna otra sensación parecida). Quizá lo que más se le parece es ver la escena favorita de un DVD en bucle, una y otra vez.*

Aun así, no deberíamos hacer las cosas que no deben hacerse. ¿Cómo podemos salir de ese bucle? Para mí representa una tarea imponente. Me esfuerzo mucho en solucionar el problema, pero la tarea me consume muchísima energía. Mantener el control sobre mí mismo me resulta muy, muy duro. En esos momentos es cuando necesitamos que nos ayudéis con vuestra paciencia, vuestra guía y vuestro amor. Por supuesto queremos que evitéis que sigamos haciendo lo que se supone que no debemos hacer, pero también queremos que comprendáis por lo que estamos pasando en momentos así.

P53

## ¿POR QUÉ SOIS OBSESIVOS CON CIERTAS COSAS?

*N*o somos obsesivos con ciertas cosas porque nos guste ni porque queramos. Los autistas nos obsesionamos con algunas cosas porque nos volveríamos locos si no lo hiciéramos. Ejecutando una acción, la que sea, nos sentimos algo aliviados y nos calmamos. Pero cada vez que alguien me regaña por hacerla, o incluso cuando me impide repetirla, me siento fatal. En realidad yo no quería hacerla, y acabo odiándome aún más por no poder controlar mis propias acciones. Cada vez que nuestro comportamiento obsesivo molesta a otras personas, por favor, parádnos de inmediato, como podáis. La persona que más sufre es la que causa dolores de cabeza a los demás, es decir, el autista. Aunque parezca que estamos disfrutando y pasándonoslo estupendamente, por dentro nos duele, porque sabemos que no tenemos control sobre lo que hace nuestro cuerpo.

Por otra parte, cuando nuestro comportamiento obsesivo no molesta a nadie, yo os pediría que hicierais la vista gorda. No va a durar eternamente. Independientemente del esfuerzo con que lo hayamos intentado anteriormente, un buen día la acción obsesiva de

pronto para, sin aviso previo. ¿Cómo? Pues es como si de pronto nos apareciera en el cerebro una señal de PARTIDA TERMINADA. Es como cuando acabas de zamparte una bolsa entera de dulces. El impulso que nos lleva a obsesionarnos con algo ya se ha agotado. Cuando esa señal aparece, me siento liberado, como alguien que por fin puede apartar de su mente la pesadilla de la noche anterior.

El problema es: ¿cómo se puede ayudar a que un autista abandone esos actos obsesivos en los casos en que «sí» está molestando a los demás? A vosotros, que nos ayudáis, os diría esto: por favor, enfrentaos a nuestros problemas de comportamiento confiando mucho en que pasarán. Cuando se nos impide que hagamos lo que queremos, podemos reaccionar con grandes gritos y aspavientos, pero con el tiempo nos acostumbraremos a la idea. Y hasta que llegue ese momento, querríamos que no os rindáis... y que no nos dejéis por imposibles.

## EL CUERVO NEGRO Y LA PALOMA BLANCA

*H*abía una vez un cuervo negro a quien le gustaba una canción llamada *Los siete cuervitos*, que decía: «Croo, croo, croo, ¿por qué graznas así?». Normalmente, en los cuentos, los cuervos son malos, arrogantes y todo el mundo los odia, pero en esta canción no era así. Al cuervo negro, la fama que tenían le disgustaba, y se preguntaba: «¿Por qué siempre tienen que ser los cuervos los malos de la película?».

Un día, una paloma blanca que se había perdido se encontró con el cuervo negro.

—¿Adónde conduce este camino? —le preguntó, y se quedó mirando al suelo, con aspecto desvalido.

El cuervo negro no entendía qué estaba pasando.

—¿Qué es lo que sucede?

La paloma blanca, al borde de las lágrimas, respondió:

—Llevo buscando el camino a la felicidad durante mucho mucho tiempo, pero no lo encuentro. Y se supone que yo soy el ave de la paz...

El cuervo negro se sorprendió al ver que incluso un pájaro tan bello y querido por todos como la paloma blanca tuviera también

graves problemas en los que pensar, y respondió:

—¡Pero si todos los caminos son el mismo! ¡Se conectan en un único camino!

La paloma blanca pareció sorprenderse ante aquella respuesta. Pero, al cabo de un momento, sonrió:

—¿Y eso? Así pues, ¿el camino que he estado buscando todo el tiempo es el camino en el que estoy ya? —preguntó la paloma, que se puso de un humor excelente y echó a volar hacia el cielo azul.

Entonces el cuervo negro también levantó la mirada al cielo y agitó sus alas con fuerza, despegando tras ella. Y, con el cielo azul de fondo, la imagen del cuervo negro se veía igual de perfecta que la de la paloma blanca.

P54

## ¿POR QUÉ NECESITÁIS PISTAS Y SEÑALES PARA ARRANCAR?

*L*os autistas a veces somos incapaces de pasar a la acción siguiente sin que nos den una señal verbal. Por ejemplo, aunque hayamos pedido un vaso de zumo y nos lo hayan dado, puede que no empecemos a bebérselo hasta que alguien nos diga: «Que te aproveche» o «Venga, bebe». O incluso después de que un autista anuncie «Bueno, voy a tender la colada», puede que no empiece a hacerlo hasta que alguien le responda: «Vale, estupendo».

No sé por qué algunos autistas necesitamos esas pistas, pero sí sé que a mí me ocurre. Como ya sabemos lo que vamos a hacer a continuación, lo lógico sería que pudiéramos hacerlo sin más, ¿verdad? ¡Sí, yo también lo creo! Pero el hecho es que llevar a cabo la acción sin que nos den la entrada puede ser realmente difícil. Del mismo modo que no cruzas la calle hasta que el semáforo está verde, yo no puedo «poner en marcha» la siguiente acción hasta que mi cerebro recibe la señal indicada. Hacerlo sin obedecer la «norma de la señal» resulta aterrador. Puede hacerme perder los estribos por completo.



Una vez que atravesamos la fase de pánico, poco a poco, podemos acostumbrarnos a la idea de que es posible hacer cosas sin una señal que nos dé la entrada. Pero eso no es algo a lo que podamos llegar solos (tal como podéis observar, por el lío que montamos cada vez). Lloramos, gritamos, golpeamos y rompemos cosas. Pero, aun así, «no» queremos que nos dejéis por imposibles. Por favor, seguid luchando a nuestro lado. En esas ocasiones, nosotros somos los que más sufrimos, y deseamos desesperadamente liberarnos de nuestras cadenas.

P55

## ¿POR QUÉ NO PODÉIS ESTAROS QUIETOS?

*M*i cuerpo siempre se está moviendo. No puedo parar. Cuando no me muevo, es como si el alma se me separara del cuerpo, y eso me pone tan nervioso y me asusta tanto que no me puedo quedar donde estoy. Siempre estoy buscando una salida. Pero aunque siempre quiero estar en otro sitio, nunca encuentro mi lugar en ese sitio. Estoy librando una batalla continua dentro de mi propio cuerpo; si me quedo quieto, la sensación de que estoy atrapado no cesa. Y mientras esté en movimiento puedo relajarme un poco.

Cuando nos movemos, todo el mundo nos dice: «Cálmate, deja de moverte de un lado para otro». Pero como yo me siento mucho más relajado cuando «sí» me muevo, tardé un tiempo en descubrir qué quería decir ese «cálmate». Por fin he llegado a entender que hay veces en las que uno no debe moverse. El único modo de aprenderlo es practicando, un poco cada vez.

P56

## ¿NECESITÁIS TENER HORARIOS Y CALENDARIOS CON REFUERZOS VISUALES?

*E*ntiendo que cualquier programa no es más que un programa, y que nunca es definitivo, pero no soporto cuando una cita fijada no procede de acuerdo con el calendario visual. Entiendo que no siempre se pueden evitar los cambios, pero mi cerebro responde a gritos: «No, eso no es aceptable». Así que, si hablo por mí mismo, no soy un gran amante de tener calendarios y horarios por todas partes. Puede que algunos autistas parezcan más felices con imágenes y diagramas de dónde se supone que tienen que estar en cada momento, pero, de hecho, eso acaba limitándonos. Nos hace sentir como robots que tienen cada una de sus acciones preprogramadas. Yo sugeriría que, en lugar de enseñarnos calendarios visuales, habléis del programa del día con nosotros, verbalmente y por adelantado. Los calendarios visuales nos crean una impresión tan fuerte que, si se produce un cambio, nos domina la frustración y el pánico.

Hacernos observar que el nuevo cambio también puede figurar en el calendario no sirve de nada, me temo. El mensaje que quiero dejar claro es este: por favor, no uséis cosas visuales como imágenes en nuestros calendarios, porque entonces las actividades de los calendarios, las horas y las fechas quedan muy grabadas en nuestra memoria. Y cuando eso ocurre, acabamos estresándonos por si lo que hacemos o lo que no hacemos coincide o no con lo que figura en el calendario. En mi caso, acabo mirando la hora tan a menudo que ya no disfruto con lo que hago.

La gente que no vive el autismo suele creer que no entendemos el programa del día solo con escucharlo. Pero probadlo, y aunque quizás os hagamos las mismas preguntas una y otra vez, acabaremos interiorizándolo, y acabaremos por preguntar menos. Sí, llevará tiempo, pero creo que a la larga es más fácil para nosotros. Por supuesto, cuando se trata de explicar el orden en el que hacer determinadas acciones, o a la hora de dar instrucciones sobre cómo hacer una cosa u otra, las ayudas visuales —como las fotos— nos ayudan mucho. Pero ver fotografías de los lugares que vamos a visitar en una futura excursión con el colegio, por ejemplo, puede arruinarnos la diversión.

P57

## ¿QUÉ ES LO QUE OS PROVOCA ATAQUES DE PÁNICO Y COLAPSOS?

*E*sto no sé si lo podéis entender. Los ataques de pánico pueden desencadenarse por muchos motivos, pero aunque creéis un ambiente ideal para eliminar todas las causas habituales para una persona determinada, de vez en cuando «seguimos» sufriendo ataques de pánico.

Uno de los malentendidos más grandes que tenéis sobre nosotros es creer que nuestros sentimientos no son tan sutiles y complejos como los vuestros. Nuestro modo de actuar puede parecer infantil a vuestros ojos, y por ello tendéis a suponer que también somos infantiles por dentro. Pero, por supuesto, experimentamos las mismas emociones que vosotros. Y como los autistas no somos hábiles comunicadores, puede que incluso seamos más sensibles que vosotros. Encerrados en el interior de estos cuerpos nuestros, que no responden, hay unos sentimientos que no conseguimos expresar correctamente. El solo hecho de sobrevivir nos cuesta un gran

esfuerzo. Y esa sensación de impotencia a veces nos vuelve medio locos, lo cual nos provoca un ataque de pánico o un colapso.

Cuando nos ocurra, dejad que lloremos o gritemos, que lo saquemos todo al exterior. Permaneced cerca de nosotros y, mientras nos domina ese tormento, evitad que nos hagamos daño o que se lo hagamos a otras personas.

P58

## ¿QUÉ PIENSAS DEL AUTISMO EN SÍ MISMO?

Yo creo que las personas que tienen autismo nacen fuera del régimen de la civilización.

Desde luego, esta teoría es mía, pero creo que, por todos los asesinatos que se cometen en este mundo y por la destrucción del planeta, cuyo responsable es el egoísmo del ser humano, estamos todos en una profunda crisis.

De algún modo, el autismo ha surgido de esto. Aunque los autistas tenemos una imagen física similar a la de otras personas, de hecho somos diferentes en muchos aspectos. Somos como viajeros procedentes de un lejano pasado. Y si con nuestra presencia podemos ayudar a que la gente del mundo recuerde lo que realmente es importante para la Tierra, eso nos dará una tranquila satisfacción.





## PREFACIO

*H*e escrito esta historia con la esperanza de que os ayude a entender lo doloroso que es no poder expresar tus sentimientos a la gente que quieres. Si consigues llegaros al corazón, estoy convencido de que también seréis capaces de conectar con el corazón de las personas con autismo.

## ESTOY AQUÍ

Shun siempre había pensado que se conocía muy bien a sí mismo, pero desde aquel día ya no estaba tan seguro. «Todo el mundo me mira a la cara.» El cielo de la tarde estaba cargado de nubes naranjas unidas por un color gris ceniza. «¿Por qué me miran todos?» Al salir del supermercado del barrio, un anciano se le acercó y le preguntó:

—¿Qué haces aquí?

Shun no lo conocía. Llevaba un gorro rojo calado sobre los ojos, una camiseta blanca y unos pantalones cortos negros que le llegaban a la rodilla, aunque era invierno. «Nunca hables con extraños», se dijo Shun, y se apresuró a volver a casa. Fue en aquel momento cuando Shun se dio cuenta: «Todo el mundo me mira a la cara». Lo primero que pensó fue que todos se preocupaban por él, pero no, no era ese tipo de mirada... ¿Cómo decirlo? No era una mirada de sorpresa, sino inquisitiva..., más bien una mirada fría, que helaba el corazón. Fuera lo que fuera, Shun salió corriendo hacia su casa.

—¡Ya estoy aquí!

Se sintió aliviado de estar de vuelta en casa, sano y salvo por fin. Su madre estaba ocupada preparando la cena, como siempre. Shun abrió la nevera y habló con su madre mientras sacaba un bote de zumo.

—Oye, mamá, hoy... —empezó, pero de pronto se quedó sin palabras.

Ella estaba allí mismo. Con el delantal puesto, una cazuela en la mano, el cabello y la ropa igual que cuando Shun había salido de casa. Aun así, él no podía mover un músculo. «Esa mirada gélida de nuevo.» Todo parecía girar a su alrededor a cámara lenta. «¡Fuera de aquí, vete, sal de aquí!» ¿Sería algo que estaba pensando él mismo, o es que alguien le daba esas órdenes? Haciendo un esfuerzo, Shun consiguió poner en marcha su cuerpo y salió de allí a toda prisa, casi gritando.

Shun se encontró en el parque, pero no recordaba cómo había llegado hasta allí. Aunque hacía frío, tenía el cuerpo empapado en sudor. Estaba agotado. «¿Qué está pasando?» Intentó sobreponerse y decidió repasar todo lo que había sucedido durante el día: «Me he despertado, he ido al colegio, he vuelto a casa. Hasta ahí, todo normal. Y después... Y después... —No recordaba nada—. ¿Qué demonios he hecho después?» Shun se sentó en su banco, con la mirada perdida en el espacio, mientras el gélido viento soplaba por todas partes. Como si fuera el agujero en el centro de una rosquilla, la memoria había desaparecido de pronto de su mente. No podía siquiera llorar. «Qué extraño que una persona pueda mantener la mente clara, incluso cuando la situación se torna desesperada». El sol se estaba poniendo: «Tengo que hacer algo», pensó Shun, pero al mismo tiempo también pensaba: «Que sea lo que Dios quiera». ¿Cuánto tiempo había pasado? Shun observó que le envolvía la oscuridad. Se puso en pie y empezó a caminar.

Sin un destino claro, Shun caminó y caminó. No había nadie alrededor. Quizá todo el mundo estaba en casa. Por mucho que

sintiera la soledad, Shun no quería ver a nadie, ni siquiera a sus amigos. «Me pregunto si en casa estarán preocupados por mí», pensó, y sus pies le llevaron de vuelta al hogar.

Pero su casa parecía estar en la más completa oscuridad. Aquel día el padre de Shun tenía que volver del trabajo pronto, así que Shun se preguntó dónde estaría, y dónde estaría su madre. Al mismo tiempo, sintió de nuevo cierto alivio: «Habrían salido a buscarme — pensó—. Y no daba la impresión de que nadie me estuviera acosando; simplemente la gente me miraba raro». Ahora Shun se sentía mucho mejor, así que decidió esperar a sus padres frente a su casa. En aquella noche de invierno, el cielo estaba precioso, y el centelleo de las estrellas le apaciguó por dentro.

Oyó unos pasos que se acercaban. «Deben de ser mamá y papá.» Shun salió corriendo hacia ellos.

—Lamento mucho mucho haber hecho que os preocuparais por mí. Yo... —dijo, pero a sus padres les pasaba algo muy malo.

«¿Será que no me reconocen en la oscuridad?», pensó. Así que agarró a su madre por el brazo...

... O eso pensaba..., pero el brazo de su madre no estaba allí. «¿Qué? ¡Esto no puede estar sucediendo!» Shun no tenía ni idea de qué estaba pasando. Se quedó allí de pie, paralizado, mientras sus padres pasaban por delante de él. Lo único que podía hacer era repetirse: «Esto no puede ser cierto, no puede ser cierto». Se agazapó en el suelo, agarrándose las rodillas. «¿Qué me está pasando? ¿Qué pasa? Que alguien me ayude. Socorro...»

—Ah, ahí estás. —Shun oyó una voz y levantó la vista. Se encontró con el anciano que había visto a la puerta del supermercado. Le miraba desde lo alto con gesto amable—. Estás bien. Estás bien. Volvamos juntos —dijo el anciano, y le cogió la mano.

Shun se lo quedó mirando.

—Tú ya no perteneces a este mundo —le dijo él, con suavidad.

Shun no tenía ni idea de lo que estaba pasando.

—Shun —insistió el anciano—, no te has dado cuenta del momento en que has muerto. Me temo que cuando ibas al supermercado te ha atropellado un coche que se ha saltado un semáforo en rojo.

De pronto el recuerdo de la escena le volvió poco a poco a la mente: «Sí, es cierto. Quise esquivar el coche, pero entonces me quedé como congelado y no me podía mover, sí. Luego me golpeó y pensé: “Menudo jaleo va a ser esto”, pero más tarde volví en mí y ahí estaba, frente al supermercado...». A Shun empezaron a llenársele los ojos de lágrimas. «Así pues, ¿estoy muerto? ¿Yo? ¿Muerto? Y ni siquiera puedo dejar de lloriquear... No quiero estar muerto. ¡No, no, no! ¡No!»

Shun lloró, y siguió llorando.

¿Cuánto tiempo había pasado? Al fin y al cabo, nadie puede llorar para siempre. Al final, las lágrimas de Shun se secaron, pero aún seguía teniendo la mente en blanco.

—Bueno, ¿que te parece si volvemos ahora? —preguntó el anciano.

¿Volver? ¿Volver adónde?

—Pero es que mi casa es aquí... mismo —dijo Shun, echando un vistazo a su casa a través de la ventana. Veía el interior del salón.

«Llorando... Papá y mamá están llorando desesperadamente.»

Los ojos de Shun se llenaron de lágrimas una vez más.

«¿Y qué se supone que debo hacer ahora?»

El anciano le hizo un gesto a Shun y se puso a caminar, como si tirara de él una cuerda invisible. Shun le siguió. El anciano echó a andar hacia el oeste. «¿Qué es lo que me espera?», pensó. Aunque estaba muerto, aún le atenazaba el miedo a la muerte.

—¿Adónde vamos? —preguntó, con un hilo de voz.

El anciano le puso la mano sobre los hombros y respondió, sin inmutarse:

—Vamos al Cielo, por supuesto.

—Oh. Yo..., bueno..., nunca he estado en el Cielo.

El anciano se rio con fuerza.

—Evidentemente.

«El camino al Cielo. Sí, he leído sobre eso en un libro, hace mucho tiempo... Era un bonito camino blanco que ascendía hasta el Cielo, con las flores más bonitas jamás vistas por todas partes.» Shun siguió pensando en todo aquello mientras se esforzaba por seguir el ritmo del anciano. Quizás habría pasado media hora. Shun se preguntaba si el camino al Cielo podía ser tan soso y gris como el que estaban recorriendo ellos. Por otra parte, no tenía la mínima sensación de estar muerto. Pese a lo infausta y desesperada que le parecía antes la situación, se sentía como siempre.

—Perdone, señor, ¿vamos a tardar mucho en llegar al Cielo? Estoy tan cansado que me da la impresión de que voy a caer muerto en cualquier momento.

El anciano reprimió una risa.

Y Shun también reprimió la suya.

«¿Quién iba a imaginárselo? —pensó Shun—. Puedes encontrar algo de lo que reírte en cualquier situación, incluso cuando estás muerto.» Dándole vueltas a aquello, se dio cuenta de que se sentía más contento.

—Bueno, por fin has sonreído por algo —dijo el anciano—. Ahora sí, el camino al Cielo empieza aquí mismo. —Y, con toda tranquilidad, levantó ambas manos hacia el cielo. Parecía estar diciendo algo, pero Shun no pudo descifrar qué era.

«Ahora que lo pienso, hace tiempo alguien me dijo que, cuando morimos, nos convertimos en estrellas. Sería mamá, supongo. Ella siempre estaba a mi lado. Papá también me dedicaba mucho tiempo..., pero ahora se han acabado los juegos de tirarnos la pelota

el uno al otro.» Shun levantó la vista hacia aquel cielo nocturno y soltó un leve suspiro.

—¿Qué te parece? ¿Vamos?

Shun volvió a tener miedo. «¿Me estoy muriendo? —pensó—. No, no. Ya estoy muerto. Pero ¿qué me va a pasar ahora? Ojalá mamá...» Todo el cuerpo empezó a temblarle.

El anciano lo notó, y le dio a Shun un sentido abrazo.

—No tienes que preocuparte por nada. Solo será un momento.

«¿Solo un momento? —Shun estaba confundido—. ¿Qué va a ser de mí?» Muy despacio, todo lo que Shun tenía delante fue volviéndose borroso, y cayó desplomado allí mismo.

En aquel letargo profundo y sin sueños, Shun pensaba: «¿Por qué tiene que morir la gente? Aún hay muchas cosas que quiero hacer». Entonces, con cierto miedo, abrió los ojos para ver lo que había ocurrido. Tenía delante a un anciano con una túnica blanca. Se le ocurrió que debía de ser Dios. De hecho, aquel dios era idéntico al que Shun había visto en el museo de arte. «¡Guau, Dios! Más vale que me porte como nunca.» Para presentarle sus respetos, Shun se puso en pie de un salto. «¿Eh? ¡No tengo pies! Así que es verdad que los espíritus van flotando por ahí sin pies.» Pero entonces Shun observó algo que casi le provoca un ataque al corazón:

—¡Ha desaparecido! ¡Ha desaparecido por completo! ¡Mi cuerpo no está en ninguna parte!

Aquello era demasiado, y Shun perdió la cabeza, se olvidó de que estaba en presencia de Dios y le entró el pánico.

—¡Bueno, bueno, bueno, no hace falta que te pongas así! —dijo Dios. La voz le resultaba vagamente familiar, como si la hubiera oído mucho tiempo atrás—. Tampoco vas a necesitar el cuerpo ahora que estás muerto, ¿no te parece? Todas las cosas que antes te ataban y te retenían han desaparecido.

«Ah, vaya, sí... Estoy muerto», reflexionó Shun. A pesar de que no tuviera cuerpo, era como si toda la energía saliera de él.

—Por favor, señor, dígame: ¿qué va a sucederme?

—No va a pasarte absolutamente nada, porque... Bueno, mira a tu alrededor: has ido al Cielo.

«Pero ¿qué es este lugar, exactamente? —se preguntó Shun, mirando a su alrededor. La oscuridad era más negra que la noche más profunda, pero estaba salpicada de estrellas que centelleaban—. Donde yo vivía nunca vi tantas estrellas... ¡Vaya! La verdad es que no se acaban nunca.» Shun miró y miró, perdido en la belleza pura de las estrellas, olvidando poco a poco todos aquellos pensamientos sobre su muerte.

—De momento, haz lo que desees —dijo Dios—. Me atrevería a decir que aún estás muy apegado a tu vida pasada, y que todavía tienes asuntos que digerir. Pero acabarás por entender perfectamente cómo están las cosas.

Y, dicho aquello, la silueta de Dios empezó a disiparse y a desvanecerse como la niebla que se disuelve entre más niebla.

«Qué fácil, decir: “Haz lo que desees” —pensó Shun. Estaba absolutamente fuera de juego. Bajó la vista y vio la Tierra, de un azul intenso y preciosa en la oscuridad—. Así que estoy en el espacio. Pero ¿qué hago ahora? ¿Cómo voy a vivir si no tengo siquiera un cuerpo? Y además, solo. Lo primero que tengo que descubrir es cómo se vive cuando estás muerto.» Shun no tenía ni idea.

Se quedó un rato donde estaba. «Desde luego, el Cielo no se parece en nada a lo que yo me imaginaba que sería. Yo pensaba que el Cielo estaba lleno de cosas maravillosas para comer y de cosas divertidas para hacer todo el día, sin nada que pudiera hacerte sufrir o pasarlo mal.»

—¡Eh! —gritó Shun, muy alto—. ¿Qué pasa aquí? ¡Devolvedme a casa ahora mismo! —dijo.

En cuanto lo hizo, Shun se sintió arrastrado por una velocidad que nunca antes había experimentado.



«¿Dónde estoy ahora? Espera, sí, esta es mi casa. ¿Mamá?» Shun fue corriendo de habitación en habitación, buscando a su madre. La encontró en su cuarto de estilo japonés, junto al salón. A Shun se le salía el corazón por la boca.

—¿Mamá? —la llamó desde atrás, suavemente.

Ella no se giró.

«Pues sí que estoy muerto, ¿no?»

La última esperanza de Shun se había desvanecido. Apesadumbrado, fue a dar la vuelta y colocarse frente a su madre, para al menos poder verle la cara. Ella parecía muy triste, abatida, con aquellas ropas negras. Shun le pidió disculpas mentalmente: «Mamá, siento muchísimo haber muerto...».

Sopló una leve brisa entre Shun y su madre. Ella tocó su cuerpo, el mismo cuerpo que en apariencia no podía ver porque no estaba allí. Y Shun sintió la misma calidez que cuando era muy pequeño, la que notaba cuando su madre le abrazaba.

El padre de Shun entró desde el salón.

—Hola. ¿Qué estás haciendo?

—De algún modo... —respondió la madre de Shun—, siento que Shun está aquí.

—Shun siempre está con nosotros. Siempre.

Shun no estaba seguro de qué pensar de todo aquello. «Estoy muerto, pero mis sentimientos son los mismos de siempre. Quiero ayudar a mamá y papá, pero no puedo hacer nada.» Cerró los ojos y, en aquel mismo instante, salió volando a una velocidad impresionante.

Estaba de vuelta en aquel lugar llamado Cielo. El espacio estaba muy tranquilo. Allí, completamente solo, Shun se sumió en sus pensamientos. Ya no sabía qué pensar de sí mismo. Nunca había imaginado que después de morir se encontraría tan tremendamente

solo. «Ojalá aquí hubiera alguien con quien hablar.» Entonces oyó algo. «¿Qué es ese sonido?» Shun escuchó atentamente. Era la voz de un niño.

—¿Hay alguien ahí? —preguntó.

—Tú debes de ser el nuevo, ¿verdad? Hola, yo soy Kazuo.

Shun estaba encantado.

—¡Qué bien! ¡Pensaba que aquí no había nadie más que yo!

—Aún no nos distingues, pero por aquí hay tanta gente como estrellas —dijo Kazuo—. Si lo deseas, podrás hablar con nosotros, con cualquiera de nosotros, cada vez que quieras. Este mundo está más allá del tiempo, fuera del espacio. Aquí hay una libertad perfecta. Yo llevo viviendo aquí, en el Cielo, ochenta años, ¿sabes?

—Yo no sé qué hacer aquí —confesó Shun—. Tú dices que tenemos una libertad perfecta, pero, en realidad..., aquí no hay nada.

Kazuo se rio.

—Deberías hacer las cosas que no podías hacer cuando estabas vivo —dijo, y desapareció.

«Así que debería hacer las cosas que solo puedo hacer ahora que estoy muerto...» En ese momento, una enorme cantidad de luces envolvieron a Shun, reconfortándolo, como si fueran una manta de luz. Era como sentirse arrullado en una cuna, y por fin toda la tensión que Shun había sentido hasta aquel momento empezó a desvanecerse. Por primera vez en muchos días, se durmió.

Ya se estaba acostumbrando a la vida en el Cielo, y había hecho muchos amigos, tal como había vaticinado Kazuo. Todo el mundo era amable, y no había barreras lingüísticas, de raza o temporales. La gente allí vivía de un modo tan pacífico que resultaba difícil creer lo mucho que habían discutido y peleado en vida. Shun nunca había soñado siquiera que no poseer nada pudiera ser tan maravilloso.

Además, ya había hecho muchas de las cosas que no había podido hacer en vida. Había visitado hasta el último rincón de la Tierra. Había hablado con mucha gente en el Cielo. Todo era nuevo y excitante.

De vez en cuando, Shun también visitaba la casa de sus padres. Era triste no poder hablar con ellos de manera directa, pero le hacía feliz simplemente ver sus rostros y oírles hablar sobre él. Aquello le bastaba para mantener la entereza y seguir adelante.

Un día de esos en que Shun estaba visitando su casa, su madre tenía un aspecto raro. Estaba muy triste, y parecía que últimamente no comía. Tenía la mirada fija en la fotografía de su hijo y los ojos llenos de lágrimas:

—Shun, no creo que pueda seguir viviendo así, sin ti. Quiero estar donde estés tú —dijo, y se dejó caer sobre la mesa, ocultando el rostro y llorando.

Conmovido, Shun se puso a llorar. «¡Pero si yo creía que estaba superando mi muerte. Pensaba que todo iba a ir bien!»

—No llores, mamá. Mamá, por favor. No llores —dijo.

Con la máxima suavidad, Shun la cogió por los hombros. «Soy invisible; no sabe que estoy aquí.» La madre de Shun siguió llorando hasta que oscureció, y él permaneció a su lado.

Tras su regreso al Cielo, no había día en que Shun no pensara en sus padres. «Estaba seguro de que, en algún momento, mamá y papá volverían a la normalidad. Pero da la impresión de que el dolor les va a durar toda la vida. Y aunque puedo estar con ellos, no puedo hacer nada para ayudarlos. —Shun se estaba hundiendo en la desesperación—. Bueno, no puedo hacer nada más. Solo me queda pedirle ayuda a Dios.» Así que Shun lo llamó en voz alta:

—¿Dios? ¡Tengo que pedirte un favor!

Dios se materializó con una luz que surgió de entre la niebla.

—Creo que me llamabas.

—Mis padres aún lloran mi muerte, pero no puedo hacer nada por ellos, y es... insoportable.

Dios escuchó y asintió.

—Bueno, entiendo cómo te debes sentir. Pero el caso es que así es la vida, ¿no? No obstante, tu madre y tu padre podrán volver a verte aquí, cuando llegue su hora.

Shun entendía las palabras de Dios, pero eso no le hacía sentirse mejor.

—Aun así es demasiado para mis padres. ¡Y yo no puedo vivir aquí feliz, en el Cielo, sabiendo el dolor por el que están atravesando mis padres! —dijo Shun, casi gritando sin darse cuenta.

—Mmm... Es complicado. No hay ningún sitio tan agradable como el Cielo... —respondió Dios, pensativo—. Bueno, yo no digo que «no» haya una forma de ayudar a tus padres —añadió, y luego le dijo algo bastante inesperado—. Por ejemplo, volviendo a nacer y siendo el nuevo hijo de tus padres.

Al oír aquello, el corazón de Shun dio un brinco de alegría.

—¿De verdad? ¿Puedes hacer eso? —exclamó, con la voz desgarrada de la emoción y el corazón latiéndole más rápido. «Si eso puede ser de verdad, volveré con ellos ahora mismo.»

—No obstante, hay un pequeño inconveniente —añadió Dios, mirándole a los ojos, como si le leyera la mente—. Cuando hayas nacido, ya no serás Shun. Todos tus recuerdos de Shun, de haber sido Shun, dejarán de existir.

«Así que ya no existiré —reflexionó Shun, de pronto no tan ilusionado—. Mi existencia desaparecerá de un plumazo, para siempre.» Ahora Shun entendía un poco mejor por qué Kazuo y sus otros amigos llevaban tanto tiempo en el Cielo. «¿Qué hago? Si ya no voy a ser yo, ¿qué sentido tiene volver a nacer?»

Desde lo alto del Cielo, Shun se quedó contemplando la Tierra azul.

Pasó un mes entero, pero aún no había podido decidirse. No había vuelto a su casa, ni una sola vez. La vida en el Cielo ya le gustaba, y la idea de que algún día volvería a ver a sus padres le reconfortaba en cierta medida. «El tiempo lo arreglará todo», se decía ahora, y empezaba a creérselo.

Día a día, pasó todo un año desde la muerte de Shun.

El domingo siguiente, Shun volvió a visitar la que era su casa, por primera vez en mucho tiempo. Pero su madre no estaba. Se preguntó si habría salido de compras, cuando de pronto sonó el teléfono. El padre de Shun fue a cogerlo.

—Sí. Voy enseguida —respondió precipitadamente.

Salió corriendo de la casa y Shun le siguió, con un mal presentimiento. Llegaron al hospital. El padre de Shun tenía una expresión muy seria. «¿Habrán ingresado a mamá?» Shun entró en la habitación y se quedó mirando, sorprendido. «¿De verdad esta es mi madre?»

Su madre estaba tendida en la cama del hospital, pero era todo huesos y estaba palidísima. Casi parecía otra persona. El padre de Shun también parecía exhausto.

«¡No puede ser! ¿Cómo puede haber acabado así mamá? —pensó Shun, tan abatido que le costaba encontrar las palabras—. Cuando vivíamos juntos los tres, mamá siempre estaba contenta y alegre.» Aquello era horrible.

El médico concluyó su examen y habló:

—Teniendo en cuenta su estado actual —dijo—, me temo que no podemos asegurar que salga adelante.

Pero antes incluso de que el médico acabara la frase, Shun salió corriendo hacia su madre y gritó:

—¡Mamá, no debes morir! ¡No te mueras! ¡Por favor, por favor, por favor! ¡No!

Pero ella no podía oírle. «No, esto es demasiado. Aunque nos encontremos en el Cielo, esta mujer no es la misma mamá que yo quería tanto.»

Aunque la madre de Shun no pudiera oírle, en su delirio pronunció su nombre.

—Quiero ver a Shun... Shun... Shun... Shun no soportaba más el dolor, que casi le ahogaba. «Pensé que ambos podríamos soportar la separación mientras nuestros corazones se mantuvieran conectados, pero has perdido el ánimo y las ganas de vivir, ¿verdad, mamá?» A Shun se le partía el corazón por la mitad. «Soy yo quien le ha causado este dolor, así que soy yo quien tiene que ayudarla ahora. Si no hago lo que pueda, se morirá con el corazón roto.»

Shun tomó una decisión.

«El futuro es algo que construimos nosotros.»

Hizo acopio de valor, pero habló con calma:

—Por favor, Dios, quiero que me devuelvas a mi madre.

En el aire aparecieron unas burbujas de colores, y en el interior de cada una había una minúscula esfera dorada. Entonces, ante los ojos de Shun, una por una las burbujas explotaron...

Con un tintineo...

A Shun le pareció reconocer el sonido como de campanilla, de mucho mucho tiempo atrás.

En su habitación de hospital, la madre de Shun se despertó de su sueño. El padre de Shun estaba nervioso:

—¿Cómo te encuentras, cariño?

Pero ella no respondió nada.

—Si te encuentras mal, puedo ir a buscar al médico.

Pero en el momento en que él estaba a punto de ponerse en marcha, la madre de Shun abrió la boca para hablar:

—Shun ha venido a verme... en sueños.

El padre de Shun le cogió la mano.

—Eso es muy bonito, amor mío.

Ella prosiguió, con lágrimas en los ojos.

—Shun me ha dicho: «Estoy aquí mismo, siempre, así que no debes llorar más, ¿vale?». Parecía terriblemente triste, por el estado en que estoy. Tengo que rehacerme y... arreglar mi vida.

El padre de Shun asintió.

—Sí, Shun «siempre» está cerca de nosotros. Vamos... a intentar... empezar de nuevo. De cero.

Al otro lado de la ventana caía suavemente la primera nieve del año. Los cristales de nieve se habían formado con las lágrimas de Shun, y eran la prueba de que un niño llamado Shun había vivido alguna vez en este mundo.

—Mira —dijo la madre de Shun—. Está nevando. Qué bonito.

—La primera nieve —apuntó el padre de Shun—. A él siempre le encantó la nieve, ¿te acuerdas?

Pasaron cinco años. Tal como esperaban, el año después de la decisión de Shun había llegado un nuevo bebé a casa. Era una niña, y le habían puesto de nombre Nozomi, que significaba «Esperanza». Nozomi iba a empezar en la guardería aquella primavera.

—¡Espera, Nozomi! —la llamó su madre—. ¡Espérame!

—Yo voy delante, mamá —le dijo Nozomi, sin dejar de correr.

«Mamá camina muy despacio. En cuanto llegue al supermercado, lo primero que haré es comprar algo de chocolate.»

Siguió corriendo sin mirar a dónde iba, y fue a chocar con alguien.

—¡Oh, lo siento mucho! —se disculpó.

—¿Estás bien? —le preguntó un hombre con un sombrero rojo—. Oye, tú eres...

—¿Me conoce? —preguntó Nozomi, intrigada—. ¿Quién es usted?

El hombre se agachó, poniéndose en cuclillas.

—¿Ya has vuelto? Este viejo —dijo él, señalándose— es un ángel, lo creas o no.

Nozomi pensó que aquello era un poco sospechoso, porque se supone que los ángeles tienen alas y viven en el Cielo.

—No, no, no lo es —respondió, y se quedó mirando al anciano con los ojos bien abiertos.

El hombre soltó una alegre carcajada.

—Bueno, da igual. ¿Eres feliz con tu vida?

«¿Qué significa eso? —pensó Nozomi—. Mamá y papá a menudo dicen que ahora vivimos bastante bien, así que sí, supongo que debo de ser feliz con mi vida.»

—Por supuesto que sí —dijo por fin, sonriéndole al anciano.

Para entonces la madre de Nozomi ya había llegado a la altura de su hija, casi sin resuello.

—¿Qué estás haciendo?

—Estoy hablando con él —dijo Nozomi, dándose la vuelta, pero allí no había nadie—. Oh. ¿Dónde ha ido? —Nozomi miró alrededor—. Aquí había un hombre muy raro... Decía que era un ángel.

—Te tengo dicho que no hables con extraños —la regañó su madre.

«¿Así que ese anciano era un extraño? —pensó Nozomi, pero en su interior sintió una especie de alegría inexplicable—. ¿Qué es esa sensación que tengo ahora?»

—Bueno, es igual —decidió su madre—. Vamos a seguir con las compras, ¿vale?

«Oh, sí, el chocolate».

—Mami, ¿puedes comprar un poco de chocolate? Una chocolatina para mí y otra para mi hermano, así que serán dos chocolatinas, por favor.

—Muy bien, muy bien. Pero apuesto a que te zamparás tú las dos.



—Eso es porque él dice que me puedo comer la suya.

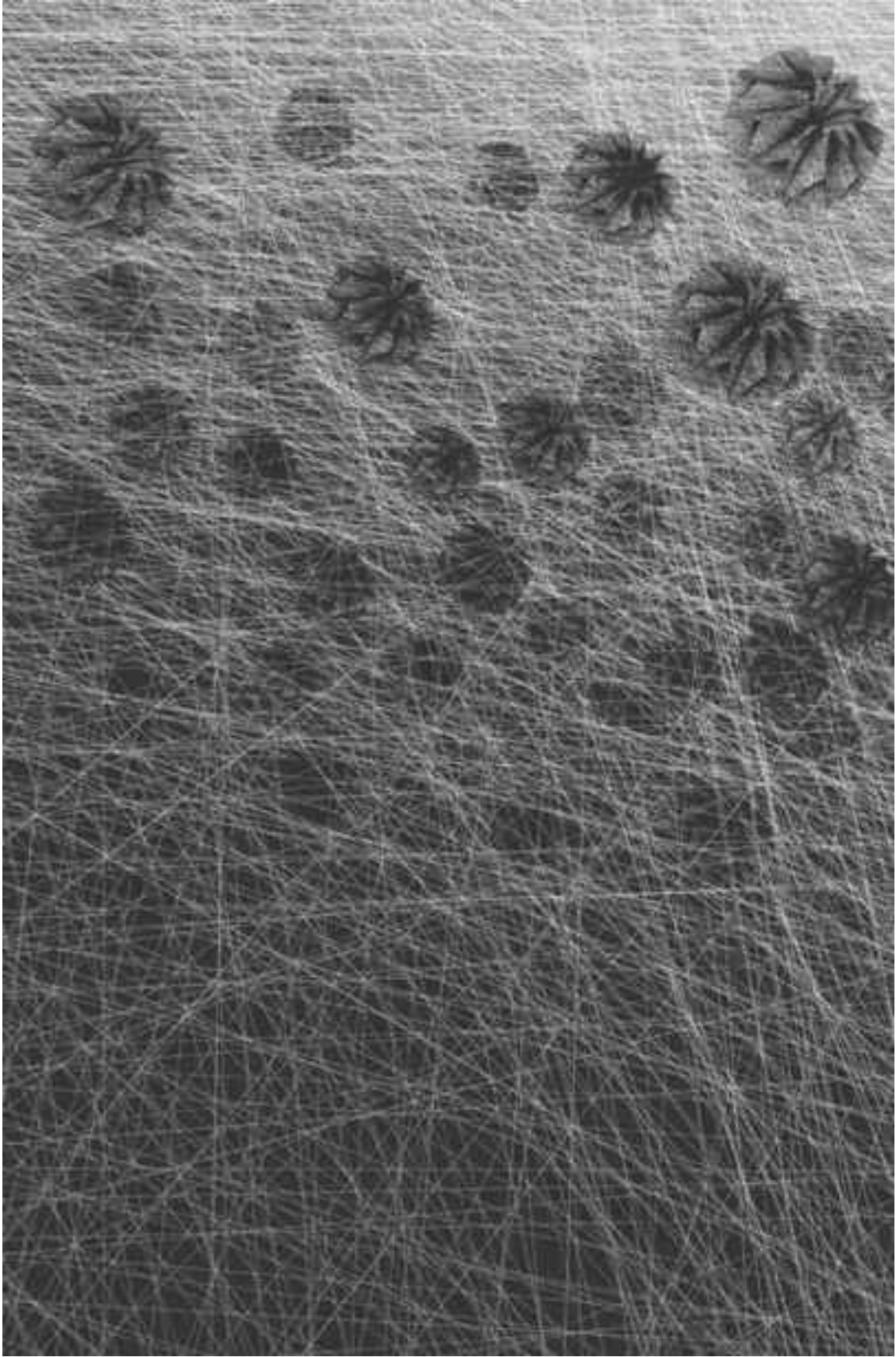
—Qué suerte tienes de tener un hermano tan bueno.

De vuelta del supermercado, la madre de Nozomi pensó en Shun: «Un día, en el futuro, volveré a ver a Shun. Hasta entonces, me las arreglaré. Me las arreglaré bien».

Nozomi echó a correr otra vez.

—¡Mami, vamos a ver los cerezos que tanto le gustaban a mi hermano! —dijo.

«Las cosas que le gustaban a mi hermano son las mismas que me gustan a mí», pensó. Y, mientras contemplaba los cerezos en flor, Nozomi se preguntó cómo sería Shun.



## EPÍLOGO

«¿Qué va a ser de mí si mi autismo no se puede curar?» Cuando era pequeño, esta pregunta siempre constituía una preocupación enorme. Me asustaba pensar que, mientras fuera autista, nunca podría vivir como un ser humano normal. Había muchas cosas que no podía hacer igual que otras personas, y tener que disculparme constantemente me hacía perder toda la esperanza.

Espero que, al leer mis explicaciones sobre el autismo y sus misterios, podáis llegar a entender que todos los obstáculos que se nos presentan no son producto de nuestro egoísmo o de nuestro ego. Si todos pudierais saber la verdad sobre nosotros, sería como un rayo de esperanza. Por muy dura que sea la vida de un autista, por triste que pueda ser, mientras haya esperanza, podemos soportarla.

Y cuando la esperanza brille en todo el mundo, nuestro futuro quedará conectado con el vuestro. Eso es lo que yo deseo, por encima de todo.

LA RAZÓN POR LA QUE SALTO nos llegó a Sunny y a mí a diversos niveles, pero lo más impresionante fue la relación de Naoki con la naturaleza, que nos permitió conectar mentalmente con toda una serie de imágenes. En este libro, Naoki regresa a la naturaleza una y otra vez. Ve belleza y significado en ella, y de allí abstrae esa información y encuentra el vínculo. Siempre regresa a la naturaleza en busca de alivio y habla de ella como de una amiga. Nosotros usamos la naturaleza en nuestro trabajo para conectar con la gente, para provocar ideas y recuerdos. Nos gusta la idea de mostrar algo que en realidad no puedes ver... y de hacerse preguntas más grandes. Usamos imágenes basadas en la naturaleza como metáfora para otros sentimientos y sensaciones. Este proceso fue el que nos proporcionó a Sunny y a mí el vehículo para poner en contacto nuestras imágenes con Naoki y con su intensa historia.

El libro nos ha parecido extremadamente conmovedor. La visión que Naoki tiene del mundo, a pesar de sus dificultades, es para nosotros una fuente de inspiración.

KAI Y SUNNY

KAI Y SUNNY son un dúo multidisciplinar cuya obra aparece en numerosos escenarios artísticos.

Su estilo elaborado, natural y, en ocasiones, siniestro los ha llevado a colaborar con Alexander McQueen y a diseñar las cubiertas de varios de los libros de David Mitchell, así como a ganar numerosos reconocimientos, incluido el D&AD Design Award en 2012.

Sus exposiciones han viajado por todo el mundo, entre otros lugares a la Haunch Of Venison de Londres, y recientemente sus obras han sido incluidas en el archivo de grabados del Victoria & Albert Museum.

Actualmente exploran las formas naturales en grabados monocromáticos a gran escala.

**KAI & SUNNY**